AGOSTO 2023

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

MELONE MAI PROVATO
ARROSTITO, CHUTNEY, IN SANGRIA

LO SGOMBRO
CROCCANTE CON LIME, POLPETTE ALLA MENTA

100 TOP
RISTORANTI
DOVE MANGIARE BENE IN VACANZA

MARE SQUISITO

Ragù sardo di spigola, dentice e frutta in agro, zuppa con cozze e scampi

#LACUCINAITALIANAPATRIMONIODELLUMANITÀ

LA FELICITÀ SOTTO UNA PERGOLA

Quando mi sposto con la mia famiglia da Milano a Pisa, cosa che succede spesso, altrettanto spesso troviamo coda prima di imboccare la Cisa. E se siamo in zona quando è ora di pranzo o di cena, ci fermiamo a Fornovo, in un'osteria vicina all'uscita dell'autostrada. In breve l'incubo della coda diventa il sogno della buona tavola. Addirittura, l'ultima volta siamo entrati e il locale era vuoto. «Tutti ancora imbottigliati», ha commentato Pietro, il proprietario. «Perché venite tutti da Milano». L'Osteria delle Vigne è uno di quei luoghi che ti rimettono al mondo, come una bibita ghiacciata in una giornata afosa d'estate o un brodino d'inverno quando fuori fa tanto freddo. Il luogo è arredato con semplicità e cura, uno stile vagamente provenzale all'italiana, tanti piccoli oggetti qui e là. Ci sono anche dei bei tavoli esterni sotto una pergola di vite che stempera la calura estiva. Tante volte ci siamo fermati a fine estate per cesellare la conclusione di una stagione magnifica! E poi l'accoglienza, sempre come se non ci vedessimo da un minuto, e ancora il cibo. Ordinate i ravioli. Tassativamente. Sono proposti con diversi ripieni a seconda del momento dell'anno e per lo più di verdura proveniente dall'orto dietro al ristorante. Subito dopo la comanda, la signora Cristina stende la pasta e li imbottisce con i vari ripieni colorati, profumati e visibilmente freschi. Basta affacciarsi in cucina per vederla e per vedere quei gesti, dove c'è tutta l'anima di questo pazzo Paese che è l'Italia. C'è l'amore per la cucina, per la casa, per i prodotti e il territorio. E per il paesaggio che è agricoltura, lavoro, terra. E poi arrivano i ravioli in tavola ed è pura estasi. La pasta è così sottile e gentilmente reticente a cedere, il vino della casa è piacevole, senza pretesa e onesto fino alla commozione, il famoso «storytelling» per cui a volte ci sentiamo in ostaggio nei ristoranti è implicito. Il cibo parla, il cuore batte forte per l'emozione di trovare in quel boccone così tanta bontà e così tanta identità. E quando mi chiedono dove mi piace andare a cena, a parte la bravura indiscussa dei grandi chef, io penso all'Osteria delle Vigne che conclude la cena con un cremoso al cioccolato che sarà anni Ottanta ma è così buono, così semplicemente buono, che puoi contare le uova mentre si scioglie sul palato. In questo numero trovate la 100 Top, la nostra lista in cui ci sono ristoranti così, dove mangiare bene. Tra mari e monti di tutta la Penisola nei classici posti di vacanza, quelli dove vai solo con le persone più vicine, che ami, non per farti vedere o postare su Instagram, ma solo per sentirti felice. Buona estate, care e cari lettori di *La Cucina Italiana*. Ci vediamo all'Osteria delle Vigne e in tutti quei luoghi che le assomigliano.

P.S. Questa foto me l'ha scattata Sara Magro a pranzo a Milano perché si è accorta che avevo un arcobaleno sulla fronte.

Maddalena Fossati Dondero

mfossati@condenast.it maddalenafossati

Un tavolo apparecchiato all'Osteria delle Vigne, a Fornovo di Taro. La signora Cristina prepara i ravioli al momento, appena arriva la comanda. I ripieni sono fatti quasi tutti con le verdure raccolte nell'orto del ristorante.

SOMMARIO

57
La zuppa di pesce con crostacei e cozze del nostro ricettario cucinato in barca.

FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA

RICETTARIO

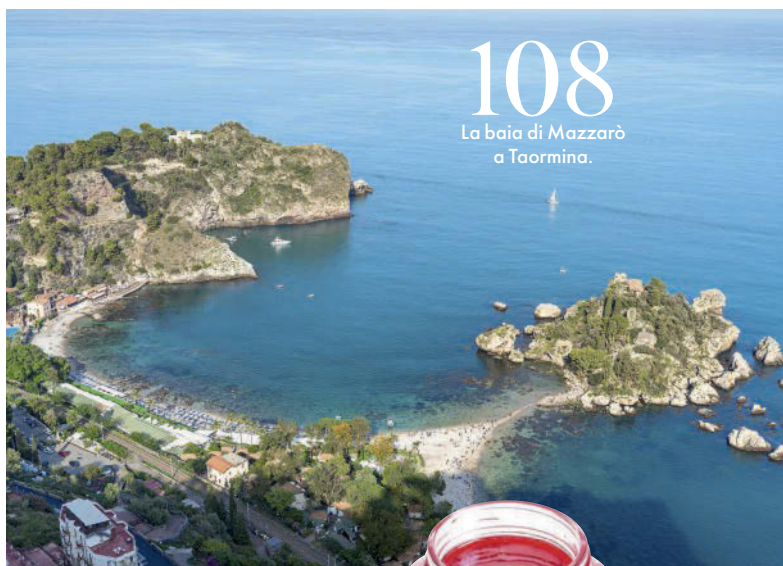
LA SCUOLA

GUIDE

In copertina: Calamarata con ragù di spigola alla Vernaccia (pag. 32). Ricetta di Sara Foschini, foto di Guido Barbagelata, styling di Beatrice Prada.

LA FILOSOFIA CHE CI GUIDA DAL 1929

Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Una cuoca o un cuoco lo pensa e lo realizza, e una redattrice ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

38 La crostata senza lattosio preparata con noi dalla campionessa di ciclismo Marta Cavalli.

108 La baia di Mazzarò a Taormina.

117 Le tecniche per conservare la frutta.

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana, piazzale Cadorna 5/7,
20123 Milano, telefono 02 85611

IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola
o l'abbonamento in edizione digitale
sulla App LA CUCINA ITALIANA
disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

abbonatiqui.it/rivista/la-cucina-italiana
oppure chiamate lo 02 86808080

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi
di *La Cucina Italiana* e cercate la vostra ricetta
preferita tra le tantissime che pubblichiamo
ogni giorno su **lacucinaitaliana.it**

LA SCUOLA

Si trova a Milano in via San Nicolao 7
(angolo piazzale Cadorna).
Non perdetevi i nostri corsi di cucina
e di pasticceria, per principianti ed esperti.
scuola.lacucinaitaliana.it
Scoprite anche le videolezioni online
su ***corsidigitali.lacucinaitaliana.it***

LA CUCINA ITALIANA

N. 08 – agosto 2023 – **Anno 94°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) – lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE – aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI – stieni@lacucinaitaliana.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina di redazione
SARA FOSCHINI
Lacucinaitaliana.it
STEFANIA VIRONE VITTOR (Senior Features and Web Editor) – svirone@condenast.it
RICCARDO ANGIOLANI – rangiolani@condenast.it
GIADA BELLEGOTTI – gbellegotti.ext@condenast.it
Digital
FRANCESCA MARINO (audience development manager) – fmarino@condenast.it
MARIKA SARZI SARTORI (social media manager) – msarzi.ext@condenast.it
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
MONICA OGGIONI – cucina@lacucinaitaliana.it

Hanno collaborato
Per le ricette MARCO CASSIN, MORLANDO CRESCENZO, SARA FOSCHINI, JOËLLE NÉDERLANTS, SILVIA PALEARI, WALTER PEDRAZZI, NICOLA RICCIARDI, KOKICHI TAKAHASHI, ROBERTO VALBUZZI
Per i testi MAURIZIO BERTERA, FIAMMETTA FADDA, GIOVANNA FROSINI, SARA MAGRO, MASSIMO MONTANARI, CHIARA MURRU, CARLO OTTAVIANO, DAVIDE RAMPELLO, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), VALENTINA VERCELLI
Per le immagini AG. 123RF, AG. ADOBESTOCK, AG. GETTY IMAGES, AG. SCALA ARCHIVES, MONICA ALBA, ARCH. SLOW FOOD, GUIDO BARBAGELATA, MASSIMO BIANCHI, GIACOMO BRETZEL, CHIARA CADEDDU, CAMILLA GIACINTI, RICCARDO LETTIERI, EWA MIELCZAREK, BEATRICE PILOTTO, BEATRICE PRADA, JACOPO SALVI, VALENTINA SOMMARIVA, CLAUDIO TAJOLI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Managing Director NATALIA GAMERO DEL CASTILLO

Chief Business Officer FRANCESCA AIROLDI

Consumer Business Country Lead ALESSANDRO BELLONI
HR Director GIORGIO BERNINI
Production Director Europe ENRICO ROTONDI
Finance Director LUCA ROLDI
Head of FP&A CRISTINA PONI
Digital Director ROBERTO ALBANI
Global Director, Social, Operation & Partnership Strategy ROBERTA CIANETTI
Head of Digital Marketing GAËLLE TOUWAIDE
Head of Data Marketing TERESA ROTUNDO
Head of Digital Video, CNE RACHELE WILLIG

Advertising sales
Style Brand & Category Lead (Vanity Fair, Vogue, GQ) MICHELA ERCOLINI
Culture Brand & Category Lead (WIRED) LORIS VARO
Lifestyle Brand & Category Lead (AD, CN Traveller, La Cucina Italiana) CARLO CLERICI
CNCC Italy Director VALENTINA DI FRANCO
Account Strategy Director SILVIA CAVALLI
Digital & Data Advertising Director MASSIMO MIELE
Advertising Marketing Director RAFFAELLA BUDA
Brand & Category Regional Lead (Centre & South Italy) ANTONELLA BASILE
Fashion & International Director MATTIA MONDANI
Beauty Category Director, Vogue Business Director EMMELINE ELIANTONIO
Luxury Commercial Manager, Vanity Fair and GQ Business Manager BENEDETTA BATAZZI
CPG Commercial Manager, LCI and CN Traveller Business Manager FEDERICA METTICA
Home Commercial Manager, AD Business Manager CRISTINA RONCAROLO

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716.
Padova, c/o Regus Padova Est Sottopassaggio Mario Saggin 2 - 35131 Padova, tel. 0285611 - fax 028055716.
Bologna, c/o Copernico via Altabella 17 - 40125 Bologna, tel. 0085611 - fax 028055716.
Roma, c/o Copernico Termini piazza Indipendenza 23 B/C - 00185 Roma, tel. 0085611 - fax 028055716.

CASTAGNER
ICE
La grappa
che ti incanta
ghiacciata
BEVILA GHIACCIATA RESPONSABILMENTE
CASTAGNER
GRAPPA
PROSECCO
"ICE"
SI GUSTA
FREDDA
GRAPPACASTAGNER.IT
ARTWORK BY PERAZZA

NOTIZIE DI CIBO

A CURA DI ANGELA ODONE

FOTO COURTESY SINGITA MIRACLE BEACH

VAMOS A LA PLAYA

Dimenticate i tempi in cui si andava con l'asciugamano sotto braccio a caccia di un buco sulla spiaggia libera. Oggi si va al beach club con cabina, lettino, party e anche ottimi piatti. Ciascuno con il suo stile. Nostalgici? Andate agli storici Bagni Fiore di Paraggi, ora vestiti in Dior con il king crab del ristorante Langosteria. Modaioli? C'è la nuova Clubhouse di Palazzo Avino in Costiera Amalfitana con look rosso Valentino e pizza cotta nel forno a legna. Olistici? Il posto giusto è il Singita Miracle Beach di Fregene (nella foto), prima spiaggia italiana ad aderire all'International Kindness Movement, secondo il quale la pratica della gentilezza può migliorare la società. Pensiero che al Singita mettono in pratica al tramonto: ogni sera al suono del gong, si scambiano abbracci e bei pensieri, poi drink, performance artistiche e musica live finché si vuole. SARA MAGRO

UN'ESTATE IN VACANZA

A TUTTO RELAX

Per godersi il mare vince l'organizzazione. Alcune novità da portare anche in spiaggia

Fa parte della collezione di piatti Un buon Ricordo disegnata da Sam Baron per Bitossi Home: per gustare le meraviglie del nostro Paese e servirle su una tavola allegra e sbarazzina, che potrebbe essere anche un pareo colorato in riva al mare. *bitossihome.it*

Sorsi sempre freschi con la borraccia termica in metallo di CASA. Per affrontare con stile la canicola estiva. *it.casashops.com*

Un picnic serale davanti al mare? Sarà più romantico con la lampada Poldina di Zafferano, portatile e ricaricabile, con paralume in ceramica bianca decorata con pesciolini azzurri che fanno pendant con i bicchieri della linea Lido. *zafferanoitalia.com*

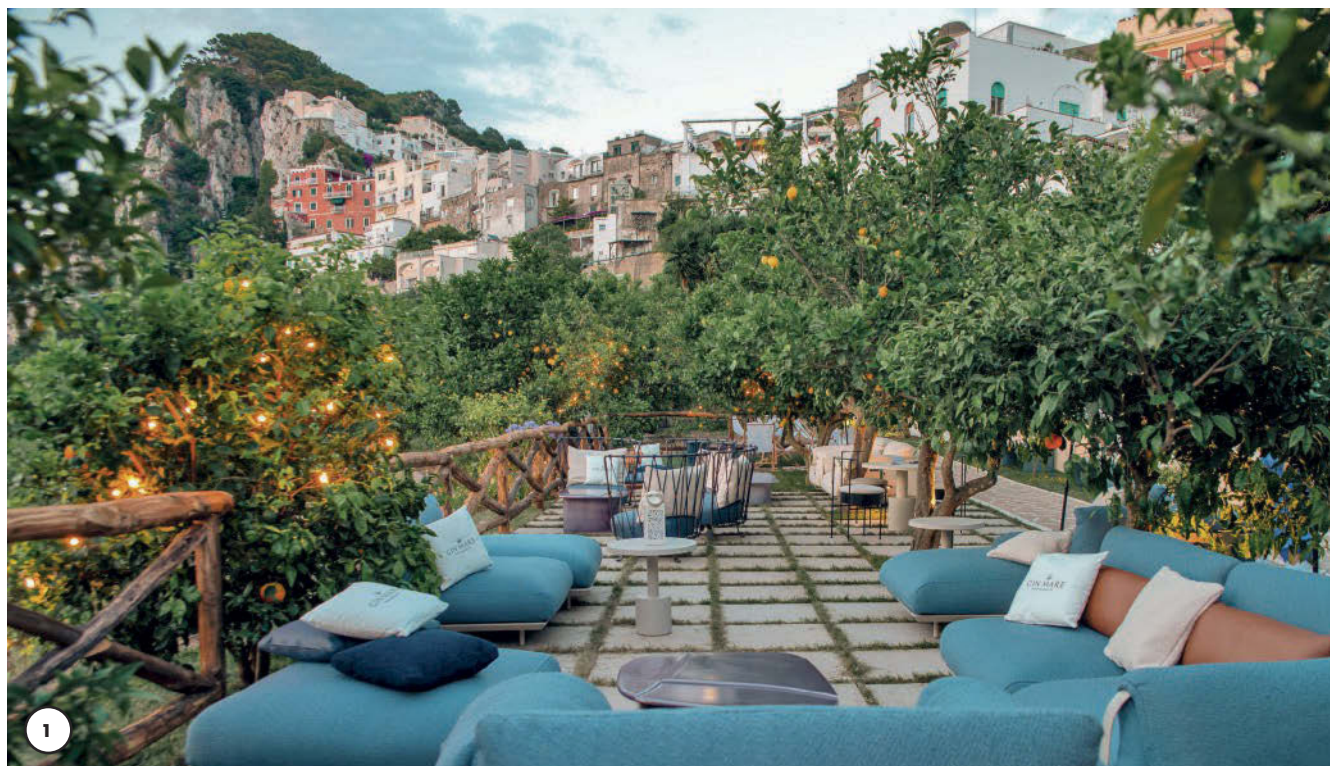
In materiale riciclabile al 100%, questa poltroncina ricorda nella forma il moto sinuoso delle onde. Ha due mollette per fermare l'asciugamano. In sei colori. *nardioutdoor.com*

Divertente il bicchiere di vetro soffiato di CoinCasa sul cui «fondale» compare un simpatico polpetto blu. Disponibile anche la caraffa. *coincasa.it*

L'idratazione prima di tutto. Il Siero Idratazione Non-Stop 100H della linea Hydra Végétal di Yves Rocher è il primo fondamentale passo per una corretta abbronzatura. *yves-rocher.it*

Formato mini praticissimo per il Prosecco Doc Rosé Spumante Extra Dry Millesimato, da portare nella borsa frigo e da stappare guardando un tramonto rosato. *cantinemaschio.com*

L'IRRESISTIBILE FASCINO DOLCE DEL BIANCO

Che sia quello della copertura croccante con granella al lampone dello stecco Raffaello Triple Experience con gelato al gusto cocco e salsa ai frutti di bosco, o quello della candela Banoffee Waffle di Yankee Candle con note che richiamano crema alla banana, limonata, cioccolato e vaniglia, alla dolcezza non si può non cedere. *ferrero.it, yankeecandle.com*

NON IL SOLITO, GRAZIE

Finalmente un po' di quiete tra un limoneto a Capri e una terrazza vista Dolomiti

Il Belmond Cipriani (2), casa veneziana di George Clooney e di altre star in incognito, è stato nominato «miglior hotel del mondo 2023» dalla classifica La Liste. La sua piscina, di consueto riservata agli ospiti, da quest'anno apre agli esterni con quattro cabanas e stazione Bellini, cocktail emblema del cinque stelle. Simbolo della Venezia da bere è invece lo spritz con il Select, il bitter locale che firma un nuovo spazio a Cannaregio. A Ca' Select (3) si beve, sì, ma dopo aver visto la mostra immersiva sulla storia della Serenissima e l'opera dell'artista ucraino Bogdan Koshevoy. Altra novità dell'estate è il Giardino Mediterraneo di Capri (1), progetto di Gin Mare che ha trasformato un antico limoneto in una terrazza dove bere i migliori cocktail con gin. L'appuntamento per chi ama la montagna è all'hotel Rosapetra di Cortina, sulla Terrazza 26 (l'anno delle Olimpiadi): Lucas Kelm prepara il suo Negroni d'Ampezzo (4) con infuso di limone ed eucalipto, il dj suona, le Tofane fanno da sfondo. E chi resta a Milano? Fino al 15 ottobre ci sono le Garden Tales, aperitivi conviviali organizzati dal liquore ai fiori di sambuco St-Germain: Hugo, che ritempra nell'oasi verde di Cascina Cuccagna (5). *belmond.com, gruppomontenegro.com, ginmare.com, rosapetracortina.it, stgermainliqueur.com* S.M.

FOTO MARCO BERTANI

STRANO, MA BUONO!

Taralli

Miele di acacia

'Nduja

Disponete i taralli su un piccolo vassoio di servizio, accomodate su ciascuno un tocchetto o un cucchiaino di 'nduja e completate ogni bocconcino con poco miele. Divertitevi amplificando la gamma di sapori: scegliete taralli di farina di grano arso e dei mieli più caratteristici, così le combinazioni diventano moltissime.

CUCINATE CON NOI

LA SFIDA CONTINUA

La ricerca di La Migliore Ricetta Italiana non si è ancora conclusa: aspettiamo le vostre

Se non avete ancora mandato la vostra ricetta migliore, il vostro cavallo di battaglia, il vostro piatto del cuore, è il momento di farlo. Ci avete già scritto in tantissimi e, come avrete visto, le ricette più interessanti che sono arrivate in redazione sono state pubblicate sulla rivista, sul sito e sui nostri profili social. Anche su questo numero ne trovate diverse contrassegnate con il bollino che vedete qui sopra. La sfida ai fornelli prosegue e si concluderà a fine novembre con un evento speciale durante il quale proclameremo le migliori. È il vostro momento: inventate un piatto originale, leggero, sostenibile; scrivete gli ingredienti e il procedimento, speditelo a *lamigliorericettaitaliana@lacucinaitaliana.it* e incrociate le dita!

Inquadrate con lo smartphone il QR code qui sopra per accedere alla pagina dove troverete tutte le regole di questa sfida culinaria.

GOLOSO CHI LEGGE

Ancora un libro sulle api? Sì, perché più le si conosce e più si impara a rispettarle e a proteggerle. Dall'antichità ai giorni nostri tra storia, biologia, geometria e botanica. *Fulvio Piccinino, Il re era una regina, Graphot, 16 euro.*

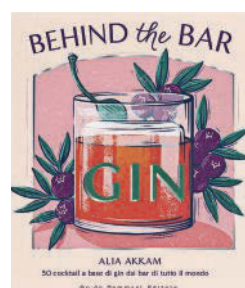
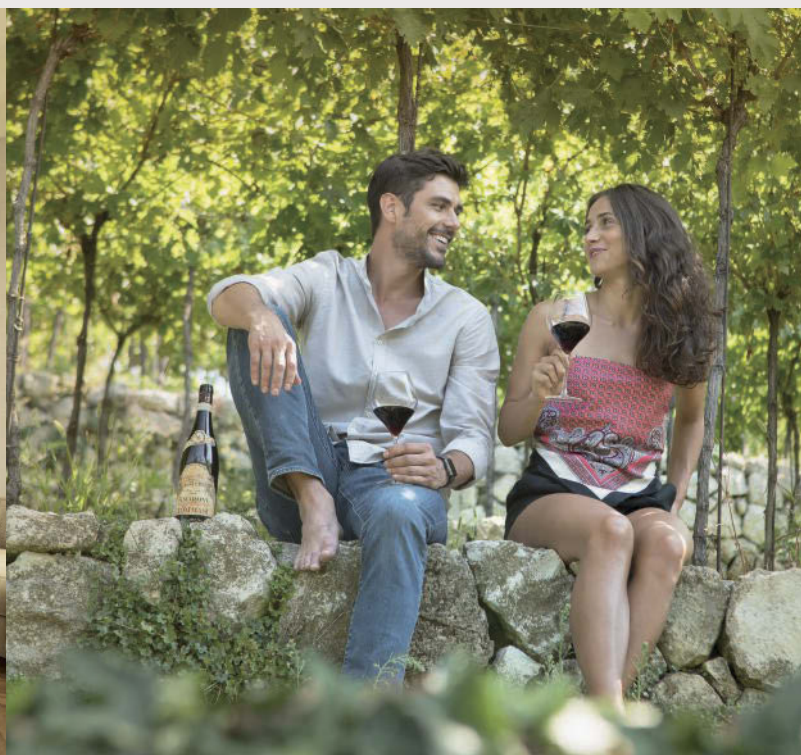
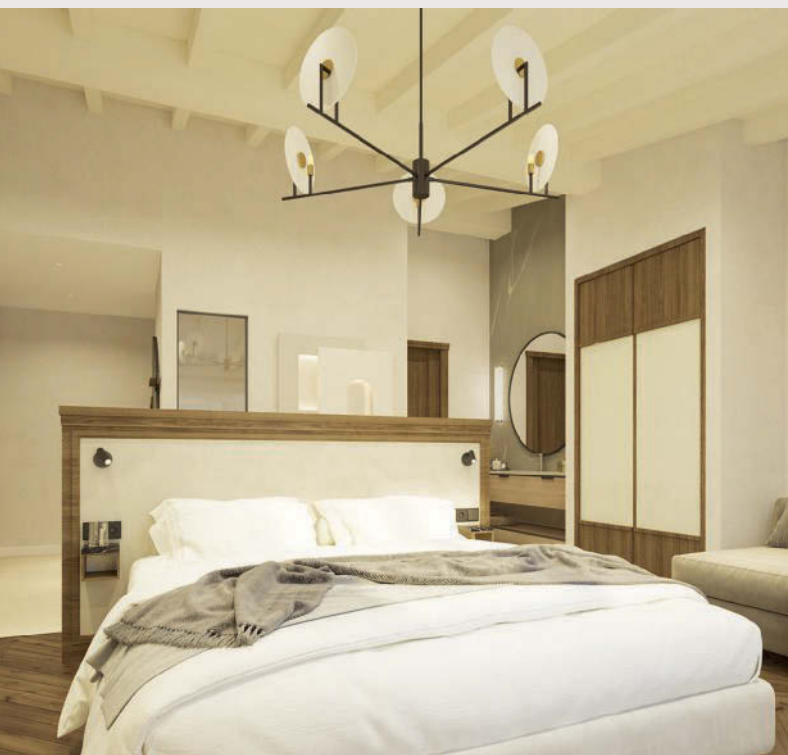
Se il titolo di questo saggio vi sembra solo una frase fatta, iniziate a leggerlo: vi ricrederete e scoprirete quanto il cibo sia il cardine di tutta la storia dell'umanità (divinità comprese). *E. Moro e M. Niola, Mangiare come Dio comanda, Einaudi, 12 euro.*

Il gin è il vostro distillato preferito? Allora non perdete questo libro. Le migliori 50 ricette di cocktail da tutto il mondo, alla portata di tutti, anche per chi è alla sua prima shakerata. *Alia Akkam, Behind the bar: gin, Guido Tommasi Editore, 20 euro.*

FOTO **AG. ADOBE STOCK**

Negli orti dell'estuario (particolare), dipinto di Pietro Longhi (1701-1785).

E VOI, COME CONDITE L'INSALATA?

Assortire nel modo più fantasioso e poi insaporire erbe e verdure è un'arte che ci contraddistingue. E un piacere di cui si può provare nostalgia DI **MASSIMO MONTANARI**

Gioco di mezza estate. Chiedere agli amici come condiscono l'insalata. Sugli ingredienti di base saranno quasi tutti d'accordo: sale, olio, aceto (se qualcuno scarterà l'aceto giocherà in un tavolo a parte). In che ordine? Qui si rischia il caos, perché le possibilità si moltiplicano: matematicamente sono sei. Tutte potranno essere difese e giustificate. A questo punto chiamate in causa l'autorità del proverbio, che detta l'ordine: «Insalata ben salata, poco aceto e ben oliata». È proverbio antico, già attestato dal botanico Costanzo Felici nel 1569, nella sua lettera *Del'insalata e piante che in qualunque modo vengono per cibo del'homo*, non senza osservare che i primi due condimenti, il sale e l'aceto, sono essenziali perché «conservano le cose dalla putredine» e perché «mordicano più il gusto et incitano l'appetito». Per questo gli antichi chiamarono *acetaria* quelle che poi furono dette insalate, nomi, sempre, derivati da un condimento base; mentre a nessuno venne in mente di chiamarle dall'olio, che si limita a renderle più gradevoli.

Qualche anno dopo (1614) Giacomo Castelvetro scrive un *Brieve racconto di tutte le radici, di tutte l'erbe e di tutti i frutti che crudi o cotti in Italia si mangiano*. All'epoca il nostro si trova in Inghilterra, esule dall'Italia perché seguace delle idee protestanti. Il suo «racconto» è una piccola rassegna della gastronomia italiana, colta in uno dei suoi aspetti più originali e distintivi: la passione per le verdure e le insalate, di cui, nella carnivora Inghilterra, Castelvetro sente la mancanza – e la nostalgia. Ma osserva: «Non è assai [non basta] aver molte buone erbe per fare che la insalata riesca buona». Bisogna anche trattarla a dovere, ciò che «molte cucinatrici e cuochi oltramontani» non sanno fare. Soprattutto a loro è rivolto il lungo insegnamento che percorre tutte le fasi di preparazione dell'insalata: pulire, lavare, asciugare, condire, mescolare... e alla fine torna il proverbio, a cui Castelvetro assegna il solenne appellativo di *legge insalatesca*, vero e proprio «comandamento».

L'argomento aveva un'illustre tradizione nella letteratura gastronomica italiana. L'umanista Platina, nel XV secolo, aveva spiegato con dovizia di particolari il modo di comporre e condire un'insalata mista: «Si prepara con lattuga, borragine, menta, nepitella, finocchio, prezzemolo, sisimbrio, origano, cerfoglio, cicerbita, piantaggine, morella [...] con molte altre erbe aromatiche ben lavate e sgocciolate». Lui però, Platina, la *legge insalatesca* la contraddice, e inverte l'ordine degli addendi: «Salare abbondantemente e oliare a dovere; poi versare l'aceto e lasciar macerare un po'». E allora? L'aceto viene prima o viene dopo?

Una sola conclusione è possibile: la cucina è il regno della libertà, refrattario alle regole. Figuriamoci alle «leggi». In questo gioco, alla fine vincono tutti. ■

Massimo Montanari è professore emerito dell'Università di Bologna, dove ha fondato il master Storia e cultura dell'alimentazione. Presiede il comitato scientifico che ha redatto il dossier di candidatura della cucina italiana all'Unesco.

FOTO **AG. SCALA ARCHIVES**

Allegrini

nsgdesign.it

LA FRUTTA, IL LATTE, LA NEVE

Ovvero sorbetto e gelato. Un'invenzione dei tempi dei Sumeri che arrivò in Sicilia con gli Arabi, il primo. Il gelato a base di panna è invece tutto italiano e ha conquistato il mondo, dal Rinascimento in poi

DI **GIOVANNA FROSINI** E **CHIARA MURRU**
CARTINA **MONICA ALBA**

«Leggevasi in un giornale italiano che l'arte del gelare appartiene eminentemente all'Italia, che l'origine dei gelati è antica e che i primi gelati a Parigi furono serviti a Caterina dei Medici nel 1533». Così racconta Pellegrino Artusi nella quinta edizione della *Scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*.

La storia del gelato ha però origini molto più lontane: già in alcune civiltà antiche, dalla Mesopotamia all'Egitto, fino all'antica Roma, si usava preparare bevande o alimenti – principalmente frutta – mescolati con neve o ghiaccio, spesso addolciti con il miele.

Nel corso del Medioevo gli arabi importarono in Sicilia una preparazione fredda a base di zucchero di canna, petali di fiori e frutti, chiamata *sharbat* (da cui l'italiano *sorbetto*), che si diffuse poi in tutta la Penisola.

Il gelato preparato con latte, panna e uova nacque tuttavia nel Rinascimento; e se è tuttora incerta la sua origine, è noto che furono proprio gli italiani a portarlo, nel Cinquecento, in Francia, Paese da cui poi si diffuse largamente. Come ricorda Artusi, la prima vera e propria gelateria si deve a un siciliano, Procopio dei Coltelli, che aprì il Café Procope a Parigi negli anni Ottanta del Seicento.

IL GELATO: PRIMA SI MANGIA, POI SI SCRIVE

Con il suo significato gastronomico, sia come aggettivo nell'espressione «pezzo gelato» sia come sostantivo, *gelato* compare ben più tardi rispetto all'effettiva circolazione del dolce.

Le prime attestazioni nei vocabolari italiani risalgono all'Ottocento: nel *Vocabolario della lingua italiana* compilato da Pietro Fanfani, 1855, si legge che il gelato è «termine de' Caffettieri. Liquore, Sugo di frutte, o simile, congelato, che si prende ad uso di rinfresco». Nel *Vocabolario degli Accademici della Crusca* questa accezione non compare fino all'ultima edizione, chiusa nel 1923: «pezzo gelato, dicesi un sorbetto molto più duro dell'ordinario, e al quale si dà una figura qualsiasi mediante forma».

Nei ricettari, al contrario, il gelato è ampiamente documentato a partire dal Settecento: le prime attestazioni che risultano dal corpus AtLiTeG si trovano nel *Libro di secreti per fare cose dolci*, scritto nel 1748 in Sicilia. Nell'Ottocento il successo del gelato è inarrestabile, tanto che nella *Scienza in cucina* esso è protagonista di ben ventiquattro preparazioni: un dolce gustoso e giudicato ottimo a fine pasto poiché, scrive l'Artusi, «oltre ad appagare il gusto, avendo la proprietà di richiamare il calore allo stomaco, aiuta la digestione».

Bontà, fantasia del gusto, continua innovazione: è questa la ricetta per cui dall'antichità a oggi il gelato non è mai passato di moda. ■

CHE COSA È ATLITEG L'*Atlante della lingua e dei testi della cultura gastronomica italiana dall'età medievale all'Unità* è un progetto finanziato dal Ministero dell'Università e Ricerca. Si esprimerà in una banca-dati testuale, un Vocabolario digitale e un Atlante, che riporterà su webGIS la distribuzione geografica e storica dei dati ricavati dai testi. La frequenza delle singole forme nelle varie parti d'Italia è segnalata dall'uso di cerchi colorati. A ciascun cerchio corrisponde un intervallo di frequenze e, in caso di cerchi concentrici, la frequenza è data dalla somma delle frequenze rappresentate dai singoli cerchi. La cartina mostra le ricorrenze di *gelato*, sia come sostantivo sia come aggettivo: l'aggettivo è considerato esclusivamente in espressioni riconducibili all'odierna preparazione dolce o alle sue versioni più antiche, come «sorbetto gelato», «frutto gelato», «latte gelato» o «pezzo gelato».

Giovanna Frosini insegna Storia della lingua italiana all'Università per Stranieri di Siena, ed è accademica della Crusca. Si occupa di letteratura italiana delle origini, di Dante e di Machiavelli. Vari suoi studi sono dedicati alla lingua del cibo.

Chiara Murru è assegnista di ricerca per il progetto AtLiTeG e insegna Linguistica italiana all'Università per Stranieri di Siena. Studia la lingua del cibo, la lingua della critica d'arte e il lessico della *Commedia* di Dante.

IL CASARO È NOMADE

Patria di santi e artisti, la Valle Imagna nelle Prealpi bergamasche è prima di tutto terra di bergamini, tra gli ultimi allevatori transumanti. Nei loro stracchini «spontanei» si assaporano le infinite alchimie della montagna DI **DAVIDE RAMPELLO**

Voglio parlarti di Carlo Rota di Locatello, Martino Rota di Brumano, Adriano Mazzoni di Fuipiano e di alcune altre cose molto degne di nota. Salirai lungo la Valle Imagna. Qui, con intelligenza, con operosità, gli abitanti hanno raccolto e cavato calcari, graniti, arenarie, tufi, ordinato ciottoli e pietre squadrate, sfaccettate, martellinate, per costruire mura, muri e terrazzamenti. Coprendo le case, le stalle con ardesia e lavagna. Pietre cavate all'occorrenza nei pascoli restituiti all'originaria destinazione, terminata l'opera. Perché questa è terra dove gli uomini hanno conoscenza, attenzione, tutela e rispetto per le cose e la vita. Il capo famiglia, alla nascita di un figlio, «tagliava un'area di bosco ceduo» (*öna boschina*) per poter garantire al figlio, in età da matrimonio circa vent'anni dopo, un taglio successivo, che voleva dire risorse e denaro. Ti sarà utile ricordare che le mani sapienti di donne, uomini, ragazzi davano forma e creavano manici per falci e falcetti, impugnature per vanghe e zappe, rastrelli, forconi, scale, gerle, zangole, stampi per il burro e lo stracchino, piatti, scodelle, alveari, sgabelli, panche, piattiere, culle, girelli per bambini, mestoli e bastoni per minestre e polenta.

Si lavorava d'inverno nelle stalle riscaldate naturalmente dagli animali. Quando arriverai a Sant'Omobono Terme, dirigiti a destra verso Corna Imagna, località Roncaglia. Da queste contrade gli antenati di Angelo Giuseppe Roncalli si trasferirono sotto il monte. Qui, il 25 novembre 1881 nacque il futuro Papa Giovanni XXIII, beato e santo.*

Passa l'arco di pietra ed entra nell'Antica Locanda Roncaglia. Il centro studi Valle Imagna ha restaurato con sapienza e sensibilità la casa e le due stalle. Grande è il merito di questa fondazione che ricerca, studia, recupera, tutela la cultura sociale ed economica di queste terre bergamine. Antonio Carminati ne è l'infaticabile direttore: uomo generoso e dedito alla cura della sua gente. Sara e Robi, osti dell'Antica Locanda Roncaglia, hanno la polenta «sempre pronta»: con le lumache, con i funghi, con i *nosècc* (foglie di verza ripiene di carne). In Valle Imagna la polenta sa di fumo di camino, di casa. Qui, è una cosa seria, per questo dona allegria. Per meglio capire, aggiungi anche questa esperienza: la *pult*, farina gialla mescolata al latte, impastata con il formaggio grana, abbondante. Latte, burro, formaggio, ricotta, o per meglio dire, latti, formaggi, burri, ricotte, stracchini. E che stracchini, quelli di Carlo Rota di Locatello, Martino Rota di Brumano, Adriano Mazzoni di Fuipiano, bergamini della Valle Imagna. Un mestiere, quello del bergamino, che oggi, per la sua rarità e preziosità, è diventato un magistero. Allevatori, pastori, casari transumanti, vivono nomadi andando per sentieri, mulattiere, tratturi, ed eremiti negli stalli montani.

Tra questi, ti dico di Carlo, vecchia generazione che produce nella sua cucina tre stracchini quadri al giorno. Il segreto dell'eccellenza del suo rarissimo prodotto sta nel «paesaggio domestico» che il suo fare, il suo vivere ha inconsapevolmente creato attorno a lui: umori, profumi, sentori, forme, strumenti, gesti, sentimenti, amori, silenzi. Alchimie rare che accompagnano con formule diverse e diversi destini la vita di questi «Beni Culturali Viventi». Allora, sii attento ai particolari nascosti e ai dettagli quando ordinerai in qualche osteria o trattoria della Valle, oltre le cose dette, i casoncelli: osserva, ascolta e assapora il burro caldo, profumato che accoglie il fondersi della pancetta che sfrigola croccante. In quel condimento ghiotto, la salvia si marita al grana cremoso che, filando, avvolge le paste ripiene in un'armonia di sapori che svela le storie di queste genti di montagna.

Mettiti in viaggio.

**Queste terre hanno dato i natali anche a due personaggi illustri della storia dell'arte: Giacomo Quarenghi, architetto neoclassico che contribuì allo sviluppo di Mosca e San Pietroburgo nel Settecento; Andrea Previtali, eccellente pittore allievo di Giovanni Bellini, che operò tra il XV e il XVI secolo.*

Davide Rampello è professore universitario, consulente culturale e gestionale per istituzioni nazionali e internazionali, direttore artistico e curatore. Past President della Triennale di Milano (2003-2012), ideatore e curatore del Padiglione Zero di Expo Milano 2015, direttore artistico del Padiglione italiano a Expo 2020 Dubai, dal 2017 è direttore creativo della R&P.

Non c'è filo d'erba senza una storia da dire / Né cuore che non abbia il suo proprio romanzo.

HENRI-FRÉDÉRIC AMIEL, *FRAMMENTI DI UN DIARIO INTIMO*

FOTO **ARCH. VISIT BERGAMO**

LE NUOVE VITE DEGLI AMARI

Dai frati ai bartender, i salutari infusi alcolici oggi si propongono in nuove occasioni. Anche provocatorie. E celebrano le meraviglie della flora italiana

DI **FIAMMETTA FADDA**

Fiori? Una buona etichetta? L'ultimo libro di successo? Di recente il mio regalo più indovinato per un invito a cena è stato un set di sei bicchierini da amaro in vetro molato. Erano l'ornamento delle credenze nelle case delle signorine Felicita gozzaniane e, tuttora, delle vecchie trattorie di provincia. Trovarli non è stato facile perché oggi sono tra gli oggetti più ricercati sui banchi dei mercatini. Ed è diventato un gioco elegante andare il fine settimana in quelli di provincia prima che arrivino a prezzi triplicati in città.

È un segnale del grande ritorno degli amari, adesso protagonisti di nuovi modi di pensarli, berli e offrirli. Una piccola rivoluzione provocata da un pubblico giovane che li ha riscoperti perché esprimono l'aspirazione a vivere e pensare in modo nuovo il territorio da cui provengono, la sua storia, il suo paesaggio. Sono almeno 150 le etichette note, ma, assicurano i barman, in Italia ogni campanile ha la sua. Piene di medaglie, di scenari, di vegetazione montana o marina, invitano a prendersi il proprio tempo, a respirare, a rallentare, a percorrere sentieri lunghi e faticosi anziché comode scorciatoie. Ecco allora una piccola guida al nuovo bon ton degli amari.

APERITIVO

L'aperitivo più amato, lo Spritz, si avvantaggia di una sfumatura corroborante sostituendo ai tradizionali Aperol e Campari un amaro. A casa, ma non solo, la scelta va accompagnata dal piccolo racconto del luogo d'origine e del suo universo vegetale. Calice a stelo, bel cubetto di ghiaccio, di qualità senza essere troppo impegnativa la bollicina. Per i classici 4-5 centilitri, i gradi sono circa 15. Insieme: acciughe del Cantabrico su trancetti di pane grigliato spalmato di burro.

DOPOCENA

Si serve a fine pasto per sottolineare un momento di convivialità intima. Il suo significato rituale aumenta se l'amaro è fatto in casa seguendo collaudate ricette familiari. Dalle noci alla genziana. Per un servizio impeccabile i bicchierini d'antan, adatti ad accogliere circa 4-5 centilitri. Vanno presentati su un vassoietto coperto da un centrino ricamato. Unica variante rispetto alla tradizione, è servirlo freddo. Insieme: cioccolato fondente.

IN DEGUSTAZIONE

Dopocena, invece del distillato. In base alla sua peculiarità ed eccellenza, può essere servito con o senza cubetto di ghiaccio. Senz'altro liscio un amaro invecchiato in botti di rovere di Slavonia per anni, che merita di essere sorseggiato con concentrazione per invogliare alla ricerca delle erbe, delle radici, delle cortecce che lo compongono. Canonico il bicchiere cilindrico o tronco conico. Insieme: niente!

MISCELATO

I bartender cavalcano nuove interpretazioni di grandi cocktail classici sostituendo amari di carattere ai distillati. Dal Moscow Mule al Gin Sour. Con templi dedicati. A New York : «Amor Y Amargo»; a Roma: «Amaro Lobby Bar & Lounge». Il vantaggio, oltre al profilo gustativo originale, è che la gradazione alcolica si aggira sui 30 gradi anziché sui 40-45. Ogni preparazione esige il bicchiere tradizionalmente dedicato e un rametto di una delle erbe aromatiche che compongono l'amaro. Insieme, tartine di consistenza morbida: avocado con una punta di salmone o di bottarga o con un boccone di ceviche.

DISSETANTE

In piscina, dopo la partita di tennis, in alta quota dopo una camminata. Qui gioca benissimo la versione leggera che può andare dall'abbinamento con un'acqua minerale molto frizzante fino a scelte sofisticate. Per esempio: un amaro agrumato calabrese o siciliano, un'acqua tonica mediterranea, uno splash di succo di pompelmo, la sua scorzetta. Insieme: niente!

IN PAIRING

Abbinare un amaro a una delle portate di una cena non è facile. O meglio: per i dolci le nozze col cioccolato sono una garanzia. Ma per il resto? Eccellente: melanzane al forno o alla griglia con aglietto e scorza di limone. Facile: una frittata farcita di erbe amare, dall'ortica alla cicoria. Audace: risotto, mela e peperone verde. ■

Fiammetta Fadda scrive di alta gastronomia e bien vivre. Ha diretto *Grand Gourmet*, è stata ospite di programmi televisivi di successo. È membro dell'Accademia Italiana della Cucina e Dame Chevalier de l'Ordre des Coteaux de Champagne.

FOTO **M. CIARAMICOLI, ARCH. LCI**

RICETTE **WALTER PEDRAZZI**
TESTI **LAURA FORTI**
FOTO **CHIARA CADEDDU**
STYLING **BEATRICE PRADA**

RISERVA DI FRESCHEZZA

*Adesso scegliete il **melone**: con il picciolo secco, morbido ai poli, dal suono sordo, e molto profumato. Provatelo in torte e dessert, ma anche in bevande, con il pesce e con la carne*

Piattini bianchi con profilo oro e piattino arancione con greca verde **Ginori 1735**, piattini decorati **La DoubleJ**, bicchieri **H&H Lifestyle**.

Ringraziamo il Consorzio Melone Mantovano IGP per i frutti forniti per questo servizio.

«SANGRIA» E TAPAS DI MELONE

MELONE, SPADA E PEPERONI CON SALSA LIME E ZENZERO

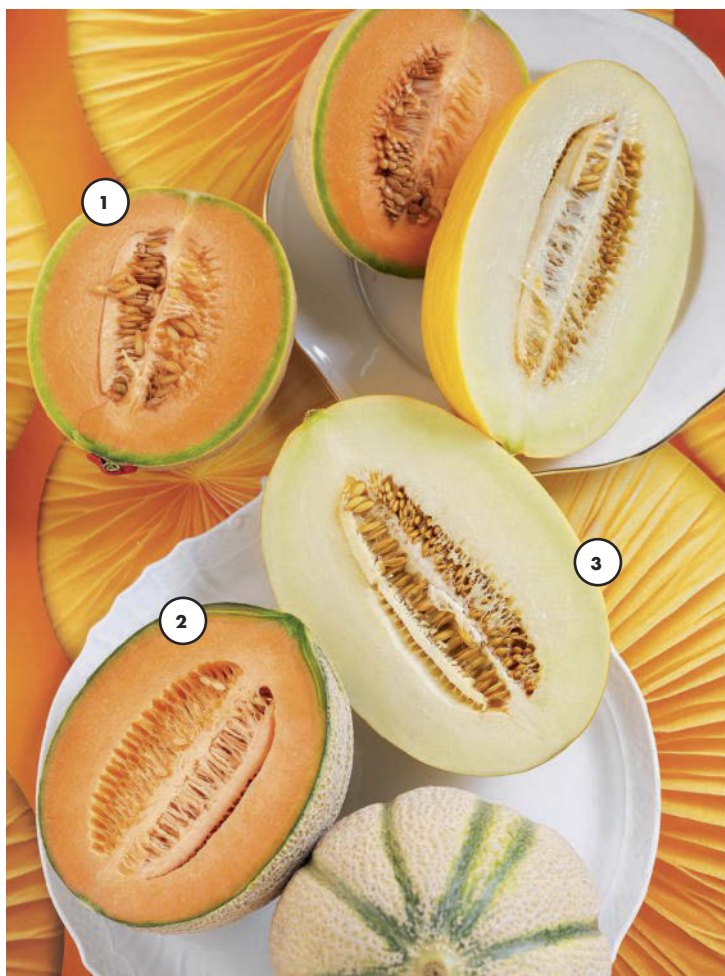
L'INGREDIENTE

Piatto bianco con profilo oro, piattino arancione con greca verde del chutney e piattino bianco con profilo oro del melone con spada e peperoni **Ginori 1735**.

CHUTNEY DI MELONE PER CARNE ALLA GRIGLIA

Piatti fondo e piano del consommé gelée **La DoubleJ**, piatto della crostata **Ginori 1735**. Fondi realizzati con AI Giandomenico Frassi.

CONSOMMÉ GELÉE DI MELONE CON FRUTTA ESTIVA E MANDORLE

CROSTATA AI PISTACCHI CON BAVARESE DI MELONE E FRUTTI DI BOSCO

ARANCIONE O BIANCO?

1. Melone Mantovano Igp liscio
È caratterizzato dalla forma tondeggiante e dalla buccia liscia, di colore chiaro. Ha un calibro tra 800 grammi e 1,8 chili. Rispetto alle varietà retate, la parte che contiene i semi è più ridotta e il sapore è più dolce. Si trova da giugno a settembre.

2. Melone Mantovano Igp retato
In due tipi: con la «fetta» segnata (striature verdi sulla buccia) o con una rete uniforme. Ha forma leggermente ovale, e un calibro simile a quello liscio. È disponibile da maggio a ottobre.

3. Melone invernale
Si chiama così perché, benché raccolto in estate, dura diversi mesi e può essere consumato quindi anche all'inizio dell'inverno. Ha generalmente buccia gialla o tendente al verde e polpa bianca e può pesare fino a 4 chili. È caratterizzato dall'assenza di profumo quando è intatto; la polpa, invece, ha un aroma delicato e un sapore zuccherino.

«SANGRIA» E TAPAS DI MELONE

Impegno Facile
Tempo 30 minuti più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **500 g polpa di melone mantovano**
- **100 g polpa di melone invernale**
- **3 fette di prosciutto**
- **1 pomodoro verde costoluto**
- **1 bottiglia di Prosecco**
- **1 lattina di gazzosa**
- **pane carasau – lime**
- **basilico – melissa – limone**
- **ghiaccio**
- **olio extravergine di oliva**
- **Tabasco – sale – pepe**

Mescolate in una ciotola il Prosecco, la gazzosa, circa 200 g di melone retato tagliato a tocchetti, melissa, rondelle di lime, cubetti di ghiaccio. Lasciate insaporire per 1 ora in frigo.
Preparate intanto le tapas: tagliate a pezzetti il melone invernale e a spicchi il pomodoro verde e alternateli su piccoli spiedini.
Tagliate 150 g di melone retato a nastri e arrotolateli. Tagliate a metà le fette di prosciutto e arrotolate anch'esse, quindi alternate prosciutto e melone su stecchi da spiedini.
Tagliate 150 g di polpa di melone retato ottenendo un battuto; conditelo con basilico tritato, succo di limone, un filo di olio, sale, pepe e Tabasco. Servitelo con fogli di pane carasau.

MELONE, SPADA E PEPERONI CON SALSA LIME E ZENZERO

Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **700 g pesce spada in fette spesse 2 cm**
- **2 peperoni verdi**
- **½ melone invernale**
- **timo – menta – lime – sale**
- **zenzero fresco – Tabasco**
- **olio extravergine di oliva**

Pulite i peperoni, tagliateli in falde. Abbrustoliteli in una padella per 3-4 minuti, lasciandoli per lo più crudi.
Tagliate il melone a fette e poi a grossi tocchi, senza togliere la buccia.
Cuocetelo nella stessa padella dei peperoni, anch'esso per pochi minuti: 30 secondi sulla polpa, voltandolo, poi 2 minuti appoggiato sulla buccia.
Tagliate in 2-3 strisce ogni fetta di pesce spada in modo da ottenere almeno 8 piccole fette; conditele con olio, sale, pepe, lime, timo e menta, poi rosolatele sempre nella stessa padella, per circa 2 minuti su ogni lato, lasciandole morbide al cuore.
Preparate la salsa: frullate il succo di 1 lime e la scorza grattugiata di ½ lime, 80 g di olio, un pizzico di sale, 2 foglie di menta, 1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato, qualche goccia di Tabasco.
Servite il pesce spada con i tocchi di melone abbrustoliti e i peperoni, completando con la salsa e pezzetti di lime.

CHUTNEY DI MELONE PER CARNE ALLA GRIGLIA

Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

500 g polpa di melone mantovano
300 g 2 grossi cipollotti
120 g aceto
50 g zucchero di canna
6 bistecche di maiale
6 salsicce
peperoncino
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Mondate i cipollotti, tritate grossolanamente i bulbi; tagliate a rondelline parte del verde e tenetele da parte.
Raccogliete il trito grossolano di cipollotti in una casseruola con 3 cucchiai di olio, lo zucchero di canna, un pizzico di peperoncino, sale e pepe. Cuocete dolcemente per circa 15 minuti.
Tagliate intanto la polpa del melone a dadini, aggiungetela poi nella casseruola e lasciatela insaporire per 5 minuti. Bagnate con l'aceto e cuocete per altri 10 minuti.
Spegnete e lasciate intiepidire.
Cuocete alla griglia o su una piastra le bistecche di maiale e la salsiccia.
Servitele insieme con il chutney.

CONSOMMÉ GELÉE DI MELONE CON FRUTTA ESTIVA E MANDORLE

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
più 6 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

650 g polpa di melone mantovano
25 g zucchero semolato
25 g gelatina alimentare in fogli
1 pesca – 1 prugna
limone
baccello di vaniglia
savoiardi morbidi
melone – mirtilli – lamponi
mandorle

Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda.
Passate la polpa del melone nell'estrattore o nella centrifuga; in alternativa frullatela finemente, raccoglietela in un telo sottile e lasciatela sgocciolare in frigo, su una ciotola, per una notte; infine strizzate il telo. Mescolate il succo ottenuto con il succo di 1 limone.
Preparate uno sciroppo con 250 g di acqua, un pezzetto di baccello di vaniglia, lo zucchero; portate a bollore, spegnete e scioglietevi la gelatina strizzata, quindi unite lo sciroppo al succo di melone, filtrandolo.
Lasciate rapprendere il consommé gelée in frigo per 6 ore (ideale prepararlo il giorno prima).

PER COMPLETARE
Disponete in ogni piatto un pezzo di savoiardo (se vi piace, potete spennellarlo con liquore o grappa...). Riempite con cucchiaiate di gelatina e completate con frutta a fettine e pezzetti di savoiardo.

CROSTATA AI PISTACCHI CON BAVARESE DI MELONE E FRUTTI DI BOSCO

Impegno Medio
Tempo 2 ore
più 5 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

PER LA PASTA FROLLA
400 g farina
195 g burro
190 g zucchero a velo
85 g albume
80 g pistacchi pelati
30 g zucchero semolato – sale

PER FARCIRE E DECORARE
340 g confettura di ribes
200 g polpa di melone
120 g yogurt greco
120 g panna fresca
10 g gelatina alimentare in fogli
lime – miele
melone invernale
melone mantovano
anguria – mirtilli – lamponi

PER LA PASTA FROLLA
Frullate finemente i pistacchi con lo zucchero semolato. Aggiungetevi, dopo, anche lo zucchero a velo, quindi impastate con il burro a temperatura ambiente. Incorporate poi gli albumi, quindi la farina e un pizzico di sale.
Lavorate il composto fino a ottenere un panetto omogeneo e morbido. Stendetelo in uno strato di circa 5 mm e con esso foderate il fondo di uno stampo tondo (ø 22 cm). Reimpastate i ritagli, stendeteli tra due fogli di carta da forno, sempre nello stesso spessore, e mettete tutto a riposare in frigo per 30 minuti.
Ritagliate dalla pasta stesa una striscia alta come il bordo (circa 4 cm) e foderatelo: fate aderire la pasta alla base, bagnando la frolla con un po' di acqua.
Infornate la crostata a 160 °C per 35-40 minuti, sfornatela e lasciatela raffreddare.

PER FARCIRE E DECORARE
Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda.
Frullate la polpa di melone, poi mescolatela con lo yogurt greco e la scorza di mezzo lime grattugiata.
Strizzate sommariamente la gelatina e fatela sciogliere in un pentolino, quindi unitela al composto di melone e yogurt, con 1 cucchiaino di miele.
Montate la panna e incorporatela delicatamente al composto.
Spalmate 1 cucchiaiata di confettura sul fondo della crostata, quindi riempite con la bavarese di melone.
Ponete la crostata in frigo per 2 ore.
Scaldate intanto la confettura rimasta e passatela al setaccio per eliminare i semi dei ribes. Colate la gelatina ottenuta sulla superficie della crostata e rimettetela in frigorifero per altre 2 ore.
Servitela decorandola a piacere con palline di melone e anguria, mirtilli, lamponi e foglie di menta.

WALTER PEDRAZZI
Cuoco, docente di cucina, ricercatore e innovatore, divulgatore (ultimamente anche alla radio), collabora con *La Cucina Italiana* da oltre trent'anni. Fantasia e grande padronanza di tutte le materie gastronomiche caratterizzano la sua cucina. Provate l'originale chutney e finite in bellezza con la crostata.

SPIGOLA ALLA VERNACCIA

CALAMARATA CON RAGÙ DI SPIGOLA ALLA VERNACCIA

Un abbinamento semplice ed eccellente, tipico della Sardegna. Noi lo abbiamo interpretato trasformando il vino in salse e sughi per condire il pesce, la pasta e il riso rosso

RICETTE **SARA FOSCHINI**, TESTI **LAURA FORTI**
FOTO **GUIDO BARBAGELATA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

«POKE» SARDO

ROTOLO DI SPIGOLA SU SALSA ALLA VERNACCIA

TRADIZIONALE

CALAMARATA CON RAGÙ DI SPIGOLA ALLA VERNACCIA

Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- **300 g pomodorini ciliegia**
- **160 g pasta calamarata (o altra pasta corta)**
- **130 g filetto di spigola pulito**
- **1 spicchio di aglio**
- **olive verdi snocciolate**
- **vino bianco Vernaccia**
- **erbe aromatiche**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Tagliate a metà i pomodorini.
Scaldate un filo di olio in una padella, insieme con l'aglio schiacciato.
Togliete l'aglio e unite i pomodorini, con una presa di sale. Fateli cuocere per 10-15 minuti.
Aggiungete il filetto di spigola, tagliato a dadini e le olive sminuzzate, cuocetelo per 2 minuti, sfumate con uno spruzzo di Vernaccia e spegnete.
Lessate la pasta, scolatela al dente e conditela nella padella con il ragù. Servitela completando con erbe aromatiche fresche a piacere.

«POKE» SARDO

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
più 12 ore di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- **130 g filetto di spigola**
- **120 g riso rosso – 2 cipollotti**
- **1 cipolla rossa – olive**
- **vino bianco Vernaccia**
- **olio extravergine di oliva**
- **erbe aromatiche – sale**

Pulite la cipolla, tagliatela a fette e mettetela in una ciotola. Copritela con la Vernaccia e lasciatela marinare al fresco per 12 ore.
Lessate il riso in acqua bollente salata per una ventina di minuti, scolatelo e conditelo con un filo di olio.
Tagliate in 4 i cipollotti, tenendo un pezzetto del loro gambo.
Rosolateli appoggiandoli in una padella rovente con un filo di olio, per 2-3 minuti, poi sfumateli con uno spruzzo di Vernaccia.
Tagliate a metà e poi a metà per il lungo il filetto di spigola e rosolate i trancetti nella stessa padella dei cipollotti per 2 minuti, voltandoli su tutti i lati, e sfumando anch'essi con uno spruzzo di Vernaccia.
Servite i filetti e i cipollotti arrostiti sopra il riso rosso, completando con la cipolla marinata, scolata dalla Vernaccia, pomodorini, olive ed erbe aromatiche fresche, a scelta.

ROTOLO DI SPIGOLA SU SALSA ALLA VERNACCIA

Impegno Medio
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- **260 g 2 filetti di spigola**
- **200 g latte**
- **120 g vino bianco Vernaccia**
- **25 g burro**
- **4 filetti di pomodoro secco**
- **3 fette di pane raffermo**
- **½ cipolla bianca**
- **prezzemolo**
- **maggiorana**
- **amido di mais**
- **aglio**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Frullate il pane raffermo secco con i filetti di pomodoro secco, un ciuffo di prezzemolo, maggiorana e ½ spicchio di aglio, un pizzico di sale e pepe, ottenendo una panure aromatica.
Pareggiate i filetti di spigola, eliminando la parte ventrale più sottile e controllate che siano del tutto privi di spine.
Spennellate di olio la polpa e cospargete i filetti con la panure. Arrotolateli lasciando la pelle all'esterno. Chiudete i rotoli con uno spago da cucina, per mantenerli in forma.
Cuoceteli in una padella calda con un filo di olio, per circa 10-15 minuti, voltandoli.
Tagliate la cipolla a fettine sottili e fatela appassire nel burro, senza lasciare che si colorisca. Dopo 5 minuti, versate il vino e lasciate evaporare l'alcol.
Sciogliete 1 cucchiaino di amido di mais in una tazzina di latte, prelevata dai 200 g, quindi versate la crema ottenuta e il resto del latte sulla cipolla.
Cuocete per 5-6 minuti, lasciando sobbollire, fino a ottenere una consistenza cremosa.
Frullate questa salsa con il mixer a immersione, per renderla più liscia.
Servite i rotoli di spigola con la salsa, completando con qualche filetto di pomodoro secco, olive tagliate a pezzetti e un po' della panure rimasta, sulla superficie del rotolo e sul piatto.
Da sapere Questa ricetta si può completare con una «marmellata» di cipolle alla Vernaccia: pulite e affettate 600 g di cipolle di Tropea. Mettetele in una ciotola e copritele con 120 g di Vernaccia, 80 g di zucchero di canna e 80 g di zucchero semolato bianco. Coprite con la pellicola e lasciate riposare in frigorifero per 8-10 ore. Versate tutto in una casseruola e cuocete a fuoco bassissimo, con il coperchio, per circa 40 minuti, mescolando ogni tanto. Controllate la consistenza: se le cipolle non fossero abbastanza morbide, aggiungete ½ bicchiere di acqua e cuocete ancora per 5-10 minuti, fino a ottenere la consistenza desiderata.

TRADIZIONALE

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **1 kg 1 spigola pulita**
- **2 spicchi di aglio**
- **1 grappolo di pomodorini ciliegia**
- **1 cipolla**
- **olive verdi in salamoia**
- **prezzemolo**
- **vino bianco Vernaccia**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Riempite il ventre della spigola con qualche foglia di prezzemolo, un pezzetto di aglio, 2-3 pomodorini tagliati a metà e qualche fetta di cipolla, sale e pepe.
Adagiate il pesce in una placca da forno, insieme con i pomodorini, la cipolla tagliata a fette, l'aglio a pezzi e qualche oliva.
Irrorate il pesce e i pomodorini con un filo di olio e infornate nel forno già caldo a 200 °C.
Aggiungete dopo 10 minuti 2 bicchieri di Vernaccia e lasciate cuocere ancora per circa 30 minuti.
Servite il pesce completando con prezzemolo fresco tritato.

LA MIA CROSTATA TUTTA SPRINT

La campionessa di ciclismo Marta Cavalli ci prepara una torta senza lattosio raccontando dei pranzi in famiglia e delle sue nuove sfide

DI **SARA TIENI**, FOTO **VALENTINA SOMMARIVA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

Sopra, Marta Cavalli nella cucina di redazione prima di iniziare la preparazione della sua crostata. Sotto, due passaggi della preparazione della crema senza lattosio. A destra, l'atleta impegnata in una gara. «Mi piace sperimentare nuovi piatti che poi faccio provare al mio fidanzato, Andrea. Mangia di tutto e si presta volentieri come cavia», ci racconta.

Lo scatto veloce, Marta Cavalli, promessa del ciclismo italiano, ce l'ha anche in cucina. Originaria di Formigara, nel Cremonese, venticinque anni, arriva accompagnata dalla mamma Romina. «È lei ad avermi trasmesso l'amore per il buon cibo: lavora in una gastronomia (*Cibus, a Gombito*, ndr). Ho iniziato aiutandola per i nostri grandi pranzi in famiglia». Adora preparare il pane e le polpette e ricevere gli amici, «sei è il mio numero perfetto». Da un paio di anni, durante le trasferte, le fa compagnia la nostra rivista che compra in aeroporto. «Trovo sempre qualche idea per compensare la dieta da sportiva, molto basica». Intollerante al lattosio, ci propone una croccante crostata estiva con una frolla a base di burro di cocco. Mentre stende la crema sulla crostata con gesti aggraziati e precisi, parla di sé. «La passione per questo sport me l'hanno trasmessa il nonno e il papà. La mia prima bici da corsa era tutta rosa, avevo dieci anni». Campionessa italiana su strada nella categoria Élite nel 2018, nel 2022, dopo aver vinto l'Amstel Gold Race e la Freccia Vallone, è arrivata seconda al Giro d'Italia. E quest'estate come sarà? «Movimentata: dopo il Giro d'Italia partecipo al Tour de France, dal 23 al 31 luglio. Ma a Ferragosto farò un piccolo stop al mare o in montagna». Per rinfrescarsi Marta si concede un gelato alla gelateria Bandirali di Crema, rigorosamente gusto Kinder. E per festeggiare una vittoria nessun dubbio, la soluzione è culinaria: «Porto tutta la famiglia fuori a cena, è sempre una grande festa». ■

FOTO **DARIO BELINGHERI**

Tovaglia e piattino decorato sul fondo **La DoubleJ**.

LA RICETTA

Crostata alla frutta

IMPEGNO MEDIO
TEMPO 1 ORA E 30 MINUTI
PER 6-8 PERSONE

PER LA PASTA FROLLA
280 g farina 00 – 130 g zucchero
80 g burro di cocco
1 uovo – 1 tuorlo – sale
lievito per dolci – vaniglia
PER LA CREMA PASTICCIERA
320 g bevanda vegetale di mandorla non zuccherata
50 g zucchero – 25 g amido di mais
3 tuorli – limone – vaniglia

PER LA PASTA FROLLA
Amalgamate il burro di cocco, morbido, con lo zucchero, poi incorporate uovo e tuorlo, 1 cucchiaino di lievito setacciato, i semi di ½ baccello di vaniglia e un pizzico di sale. Infine aggiungete a più riprese la farina impastando fino a ottenere un panetto liscio e non appiccicoso; fatelo riposare in frigo per 30 minuti. Stendetelo quindi a 5-7 mm e foderate con esso una tortiera (ø 22-23 cm, h 4-5 cm); cuocete nel forno statico a 170 °C per 15-18 minuti (fino a doratura).
PER LA CREMA PASTICCIERA
Amalgamate i tuorli con lo zucchero, l'amido e scorza di limone grattugiata. Portate a bollore la bevanda di mandorla e unitela, poca alla volta, ai tuorli. Riportate sul fuoco finché la crema non si sarà addensata. Fatela raffreddare, poi distribuitela nel guscio di pasta frolla.
PER COMPLETARE
Decorate in superficie con frutta di stagione: noi abbiamo usato pesche, albicocche e frutti di bosco.

Scoprite altri contenuti su *lacucinaitaliana.it* e il video sui nostri social.

QUESTIONE DI SFUMATURE

Bastano pochi chilometri a dare ai limoni di Sorrento, di Amalfi o di Procida qualità diverse. E un cambio di quota per variare il carattere di un Asiago

DI **CARLO OTTAVIANO**, FOTO **MASSIMO BIANCHI**

Ringraziamo il Consorzio
Tutela Formaggio Asiago
per i formaggi forniti
per questo servizio.

LIMONI CAMPANI

«Un bosco di agrumi». Così Alexandre Dumas padre definì la Penisola Sorrentina. Peccando per difetto, perché in Campania i giardini di limoni si rincorrono ovunque e per buona parte della costa, in terrazze spesso ripide dove un'agricoltura eroica regala frutti strepitosi: per il colore giallo chiaro, gli aromi intensi, la succosità della polpa moderatamente acida, la quasi assenza di semi, la particolare ricchezza di oli essenziali. Limoni simili, ma non in tutto. Ecco così che lo «sfusato», il Limone Costa d'Amalfi Igp, ha la buccia spessa, la forma ellittica e affusolata, e pesa almeno 100 grammi. Più piccolo – ogni frutto in vendita deve essere almeno di 85 grammi – è il Limone di Sorrento, anche questo Igp. Lo gustavano già a Pompei, come testimoniato da alcuni antichi mosaici, ed era amato (e molto citato) da Torquato Tasso, nativo proprio di Sorrento. Ancora diverso è l'agrume di Procida, tanto da essere definito «limone pane» perché il suo albedo, lo strato bianco e spugnoso sotto la scorza gialla, è particolarmente spesso.

Anche se i più noti derivati sono il limoncello e le marmellate, il limone è un ingrediente versatile in cucina nei piatti salati come nei dolci: 200 chili ne ordinò la casa reale inglese per dare aroma alla torta nuziale di Harry e Meghan. In estate, la tradizione campana lo vuole fresco, tagliato a fette, con l'aggiunta di un pizzico di sale o zucchero, foglioline di menta e aceto.

CARTA D'IDENTITÀ

DOVE NASCONO

Il Limone d'Amalfi Igp è coltivato ad Amalfi, Atrani, Cetara, Conca dei Marini, Furore, Maiori, Minori, Positano, Praiano, Ravello, Scala, Tramonti, Vietri sul Mare. Il Sorrento Igp in tutti i comuni della Penisola Sorrentina (Massa Lubrense, Meta, Piano di Sorrento, Sant'Agnello, Sorrento, Vico Equense) e nell'isola di Capri. Il «limone pane» è tipico dell'isola di Procida.

CARATTERISTICHE

Il succo, grazie ai terreni nei quali vengono coltivate le piante, è particolarmente ricco di vitamina C, sali minerali e oli essenziali. La polpa ha punte inaspettate di dolcezza.

STAGIONALITÀ

Da marzo a fine luglio il limone Sorrento; da febbraio a ottobre lo sfusato d'Amalfi.

CONSERVAZIONE

Va tenuto in frigorifero o in un luogo fresco e asciutto.

ASIAGO

Non era ancora l'anno Mille quando i pastori crearono uno dei gioielli caseari d'Italia. L'Asiago è il frutto di un matrimonio tra la genialità della natura, che si è sbizzarrita in microclimi ed erbe che personalizzano il latte, e la sensibilità del pastore capace di adeguarsi a una fioritura improvvisa o a condizioni climatiche impreviste. Ancora oggi i casari veneti e trentini sono autentici chef del latte, che non si limitano a far cagliare il latte, ma si sforzano di ottenerne prodotti diversi. Così questo formaggio a pasta semicotta prodotto esclusivamente con latte vaccino è diverso secondo la tipologia: il Dop Fresco, con latte intero, ha sapore dolce e delicato, mentre il Dop Stagionato, con latte parzialmente scremato, ha sapore più deciso. Il primo – detto «pressato» – ha crosta sottile ed elastica, pasta bianca o leggermente paglierina con occhiatura marcata e irregolare. Lo Stagionato – definito «d'allevo» – ha crosta liscia e regolare, la pasta interna è compatta, il colore va dal paglierino fino all'ambrato e presenta occhiatura sparsa di piccola o media grandezza. Venti giorni stagiona il Fresco, novanta lo Stagionato.

Il Fresco è consueto negli aperitivi (tagliato a cubetti), nei sandwich, in insalate, nella pasta al forno. Lo Stagionato è preferito a fine pasto, abbinato a frutta secca, o in ricette dal gusto deciso. Nelle versioni Vecchio e Stravecchio è ideale da grattugia.

DOVE NASCE

Nella provincia di Vicenza, in due zone del Padovano e del Trevigiano, nella provincia di Trento.

LATTE

Solo dalle razze Bruna Alpina, Burlina, Frisona Italiana, Grigio Alpina, Pezzata Rossa.

VARIETÀ

Il Fresco può avere la dicitura Riserva; lo Stagionato può essere anche Mezzano (stagionatura da quattro a dieci mesi), Vecchio (da 10 a 15 mesi), Stravecchio (oltre i 15 mesi). Alle due tipologie può essere aggiunta la menzione «Prodotto della Montagna», se lavorato sopra i 600 metri.

CONSERVAZIONE

Il Fresco va consumato entro una decina di giorni dall'acquisto, lo Stagionato entro un mese. Deve essere avvolto nella pellicola alimentare e tenuto a temperature tra 8 e 9 °C.

MOLINO
Spadoni

LA QUALITÀ DEL MARE APERTO

Orate e branzini (o spigole) sono fra i pesci preferiti dagli italiani, ecco perché da Iper La grande i sono presenti nel banco pescheria, con tutta la qualità garantita dal prodotto Patto Qualità Iper. Provengono dal Golfo del Tigullio e dal Golfo di Orosei dove sono allevati in mare aperto ad una distanza di più di 1 km dalla costa. Orate e branzini Patto Qualità Iper sono cresciuti senza l'uso di antibiotici da almeno 12 mesi in allevamenti a bassa densità dove sono liberi di nuotare e muoversi. E freschissimi, arrivano negli ipermercati Iper. Per rendere accessibile la qualità a tutti, ogni giorno.

Il marchio Patto Qualità Iper contraddistingue pesce, salumi, formaggi, carni, uova e premia una collaborazione con fornitori certificati. Per prodotti buoni, non solo nel gusto.

ORECCHIETTE CON CREMA DI PISELLI E BRANZINO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g piselli freschi sgranati
400 g orecchiette fresche – 250 g filetti di branzino spellati – 2 peperoncini dolci
2 spicchi di aglio – 1 scalogno
rosmarino – timo – menta
olio extravergine di oliva – sale

MONDATE lo scalogno, tagliatelo a fettine e rosolatelo in 2 cucchiai di olio per un paio di minuti; unite 400 g di piselli, 500 g di acqua, un pizzico di sale e fate cuocere per 2-3 minuti dal bollore; frullate i piselli con la metà del liquido di cottura. **SBOLLENTATE** i piselli rimasti in acqua salata per un paio di minuti, scolateli e raffreddateli in acqua ghiacciata. **PORTATE A BOLLORE** una casseruola di acqua con un paio di rametti di rosmarino e un paio di timo, qualche foglia di menta e gli spicchi di aglio sbucciati. **SPEGNETE** la fiamma, tuffatevi i filetti di branzino e lasciateli cuocere per 5 minuti; scolateli e sfaldateli. **CUOCETE** le orecchiette e conditele con la crema di piselli, i piselli sbollentati e il branzino. **COMPLETATE** con i peperoncini dolci tagliati a rondelle e con fogliolina di timo. Ottima anche tiepida.

Piatti marinari, veloci e pratici, da cucinare anche in navigazione, come abbiamo fatto noi a bordo della Quarta Santa Maria nel Golfo di Napoli

LA CUCINA ITALIANA

RICETTARIO

AGOSTO 2023

RICETTE **MARCO CASSIN**, **SARA FOSCHINI**, **JOËLLE NÉDERLANTS**, **SILVIA PALEARI**
TESTI **LAURA FORTI**, **VALENTINA VERCELLI**, ABBINAMENTI **VALENTINA VERCELLI**
FOTO **GUIDO BARBAGELATA**, STYLING **CAMILLA GIACINTI**

APERITIVI E ANTIPASTI

CROSTINI CON GAMBERI MARINATI, ZUCCHINE E CIPOLLE

Piatto piano decorato **Casa Baci Milano**.

CARPACCIO DI BACCALÀ, PESCHE NOCI E PARMIGIANO CON SALSA AI MIRTILLI

Silvia Paleari

Nata in provincia di Milano, fin da piccola si è appassionata alla cucina e al mare. Quando si è presentata l'opportunità ha cercato di unire entrambe le cose occupandosi della «cucina sul mare». Per lei cucinare significa prendersi cura degli altri, e ci mette il cuore, e divertirsi sperimentando, come nei crostini con i gamberi e negli spaghetti alla chitarra con orata e burrata.

Marco Cassin

Piemontese con genitori friulani, è uno degli chef che insegnano a La Scuola de La Cucina Italiana. Ai fornelli fin da ragazzino, dopo il diploma alla scuola internazionale di cucina italiana Alma ha lavorato in Italia, Francia, Australia, Usa e Regno Unito. Ama cucinare il pesce e si è trovato a suo agio con questo ricettario marinaro: provate il baccalà con la speciale salsa ai mirtilli.

Sara Foschini

La responsabile della nostra cucina di redazione, napoletana e milanese di adozione, è sempre attenta a semplificare e a contenere gli sprechi, regole importanti soprattutto per la cucina di bordo. Un esempio? I supplì di riso con le cozze, preparati con il resto del risotto alla Nerano, e la ricciola in vasocottura. La sua passione per le conchiglie ritorna nelle caserecce con fasolari e friggitelli.

Joëlle Néderlants

Belga di origine, innamorata della varietà e della ricchezza della nostra tradizione gastronomica, vive e lavora in Italia fin da ragazza. Pasticciera, e specialista del cioccolato, esperta cuoca e maestra di cucina di casa, ha lavorato con noi per oltre venticinque anni e continua a collaborare. Ci è piaciuto molto il dentice con le albicocche sotto aceto.

CROSTINI CON GAMBERI MARINATI, ZUCCHINE E CIPOLLE

Cuoca Silvia Paleari
Impegno Facile
Tempo 35 minuti più 50 minuti di riposo

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

12 code di gambero abbattute
6 crostini dorati
2 zucchine verdi chiare piccole
1 cipolla di Tropea
olio extravergine di oliva
basilico
semi di sesamo
sale – pepe

Tagliate a rondelle la cipolla e mettetela a bagno in acqua e ghiaccio per circa 30 minuti.
Sgusciate le code di gambero e rimuovete il budellino scuro; conditele con olio, sale e pepe e fatele insaporire per almeno 10 minuti.
Lavate e grattugiate le zucchine, strizzatele bene per eliminare l'acqua.
Scolate le rondelle di cipolla, asciugatele e mescolatele con le zucchine, olio, sale e pepe; fate riposare per 10 minuti almeno.
Lavate e asciugate il basilico.
Componete i crostini: posatevi una foglia di basilico, poi il misto di zucchine e cipolla; sopra adagiate uno o due gamberi; spolverate con semi di sesamo.

CREMA AL BASILICO, PESCA, NOCCIOLE E PROSCIUTTO CRUDO

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g zucchine
100 g robiola
80 g feta
40 g nocciole pelate
4 fette di prosciutto crudo
1 pesca
limone
paprica
basilico
menta
olio extravergine di oliva
sale

Tagliate le zucchine a fette per il lungo e arrostitele in una padella con un filo di olio e una presa di sale per 3-4 minuti per lato. Frullatele con 10 foglie di basilico, 5 foglie di menta e la robiola.
Tagliate la pesca a cubetti e conditela con una spruzzata di succo di limone.
Sbriciolate la feta.
Tostate le nocciole in una padella con un filo di olio, un pizzico di sale e una spolverata di paprica per un paio di minuti, quindi tritatele grossolanamente.
Distribuite in 4 bicchieri la crema di zucchine, aggiungete le pesche a cubetti e le nocciole tritate, quindi la feta sbriciolata e una fetta di prosciutto, avvolta a fiore. Completate con foglie di basilico e menta e servite.

CARPACCIO DI BACCALÀ, PESCHE NOCI E PARMIGIANO CON SALSA AI MIRTILLI

Cuoco Marco Cassin
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g filetto di baccalà dissalato
100 g Parmigiano Reggiano Dop
100 g rucola
1 pesca noce
olio extravergine di oliva
limone
sale – pepe in grani

PER LA SALSA AI MIRTILLI

160 g olio di semi
100 g latte intero
80 g succo di mirtilli
limone
sale

Lavate la pesca noce e tagliatela a fettine molto sottili.
Affettate finemente il filetto di baccalà, tagliandolo in diagonale per ottenere un carpaccio; →

conditelo con un filo di olio extravergine di oliva, il succo di ½ limone e una macinata di pepe, regolando eventualmente di sale.

PER LA SALSA AI MIRTILLI

Frullate con un frullatore a immersione il latte con un pizzico di sale e l'olio di semi versato a filo, finché il composto non si sarà addensato acquistando la consistenza di una maionese; aggiungete poi anche il succo di mirtillo e il succo di ½ limone e frullate ancora per amalgamare la salsa.

PER COMPLETARE

Disponete nei singoli piatti le fette di baccalà, intervallandole con le fettine di pesca noce; aggiungete sottili scaglie di parmigiano; condite ancora con un filo di olio e una macinata di pepe, e alla fine completate con foglie di rucola, ciuffetti di salsa ai mirtilli e scorza di limone grattugiata.

SUPPLÌ DI RISO E COZZE E MAIONESE ALLO ZENZERO

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 14 PEZZI

- **500 g cozze**
- **400 g risotto avanzato**
- **70 g formaggio pecorino grattugiato**
- **30 g scamorza**
- **20 g zenzero fresco grattugiato**
- **10 g succo di limone**
- **3 uova**
- **1 tuorlo**
- **pane panko o pancarré**
- **olio di semi**
- **sale – pepe**

Aprite le cozze in una padella con pochissima acqua, a fiamma viva e a pentola coperta.

Sgusciate infine le cozze e filtrate l'acqua di cottura.

Preparate la maionese allo zenzero: raccogliete in un frullatore a immersione 300 g di olio di semi, 1 uovo, 1 tuorlo, il succo di limone, lo zenzero grattugiato, 1 tazzina dell'acqua delle cozze e 2 pizzichi di sale; frullate fino a ottenere una maionese di consistenza cremosa, liscia e compatta.

Tagliate la scamorza in cubetti da un paio di grammi ciascuno.

Tritate le cozze grossolanamente e incorporatele al risotto avanzato insieme con 50 g di pecorino grattugiato.

Formate con il composto di risotto delle palline grandi poco meno di una prugna, ponendo al centro un cubetto di scamorza; otterrete circa 14 supplì.

Sbattete 2 uova con una presa di sale, una macinata di pepe e 20 g di formaggio pecorino grattugiato.

Passate i supplì prima nel composto di uova e quindi nel pane panko (o nel pancarré sbriciolato e tostato) e friggeteli, pochi alla volta, in una casseruola con olio di semi caldissimo per una trentina di secondi, scolandoli via via su carta da cucina.

Serviteli con la maionese allo zenzero.

SUPPLÌ DI RISO E COZZE E MAIONESE ALLO ZENZERO

Crostini con gamberi *pag. 51*
Ortaggi, tomino e «ketchup» *pag. 65*

Una bollicina leggera è molto indicata sia per i gamberi sia per il «ketchup» agrodolce. Ci piace il **Valdobbiadene Prosecco Superiore Brut** Cuvée del Fondatore 2022 di Graziano Merotto per i suoi profumi agrumati e floreali. *24 euro, merotto.it*

Crema al basilico *pag. 51*

Scegliete un bianco giovane, semplice e minerale, come il **Grillo** Viviri 2022 di Tenuta Rapitalà, con profumi di pesca bianca, ginestra e macchia mediterranea e una bella acidità che lo ravviva e invita a berlo. *10,50 euro, gruppoitalianovini.it*

PRIMI

Piatti del risotto **Mario Luca Giusti**, tovagliette **Casa Baci Milano**.

RISOTTO ALLA NERANO

CASERECCE CON FASOLARI E FRIGGITELLI

Piatto piano e piatto fondo degli spaghetti, piatto piano decorato e bicchieri delle caserecce **Mario Luca Giusti**, bicchieri degli spaghetti **Casa Baci Milano**.

SPAGHETTI ALLA CHITARRA CON ORATA, BURRATA E PISTACCHIO

RISOTTO ALLA NERANO CON ZUCCHINE, PROVOLONE DEL MONACO E LIMONE

Ricetta di Giuseppina Gagliano

Lettrice di lungo corso della nostra rivista, Giuseppina è da sempre interessata alla cucina in tutte le sue sfaccettature: come si lega ai territori e alle stagioni, alle storie dei popoli e alle religioni. «Quando ho scoperto che in passato il riso veniva probabilmente coltivato anche in una zona acquitrinosa vicino a Paestum, la mia fantasia si è accesa e mi sono domandata: ma se queste colture non fossero state abbandonate, come furono, non sarebbe potuto nascere un risotto alla Nerano?». Così ci ha scritto, ed eccolo qui.

Realizzazione Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

750 g zucchine napoletane
320 g riso vialone nano
200 g Provolone del Monaco Dop
100 g burro di bufala campana
2 limoni di Sorrento
basilico
brodo vegetale – sale
olio extravergine di oliva

Mondate le zucchine, tagliatele a rondelle sottili e friggetele, poche per volta, in olio extravergine di oliva bollente; scolatele e tamponatele su carta da cucina.
Tagliate il burro a cubetti e raffreddatelo nel congelatore.
Insaporite il brodo vegetale con le foglie di un mazzetto di basilico, gli scarti delle zucchine e qualche scorza di limone.
Tostate il riso a secco in una casseruola, salate leggermente e sfumate con abbondante brodo vegetale; dopo 7-8 minuti unite la metà delle zucchine fritte, mescolando per amalgamarle bene.
Portate il risotto a cottura, quindi mantecatelo a fiamma spenta con il burro freddo, il provolone grattugiato, scorza di limone grattugiata e qualche goccia di limone. Copritelo e lasciatelo riposare per un paio di minuti, poi distribuitelo nei piatti e completate con le zucchine rimaste, basilico e scorza di limone grattugiata.

CASERECCE CON FASOLARI E FRIGGITELLI

Cuoca Sara Foschini
Impegno Medio
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

2 kg fasolari
320 g pasta tipo caserecce
3 peperoni friggitelli grandi
1 spicchio di aglio
peperoncino fresco
olio extravergine di oliva
prezzemolo
sale

Tagliate la parte con il picciolo dei friggitelli, eliminate i semi e tagliateli a rondelle molto sottili.
Scaldate 4 cucchiai di olio in un'ampia padella, insaporite con lo spicchio di aglio sbucciato e qualche rondella di peperoncino fresco; levate l'aglio e rosolate velocemente i friggitelli per 1 minuto.
Raccogliete i fasolari in una casseruola con poca acqua, coprite e fateli aprire. Alla fine conservate il liquido di cottura. Sgusciateli, tenete da parte qualche mollusco intero e tritate gli altri grossolanamente.
Filtrate l'acqua di cottura dei fasolari.
Cuocete le caserecce in abbondante acqua bollente salata per i ⅔ del tempo riportato sulla confezione. Scolatele e trasferitele con un poco della loro acqua di cottura nella padella dei friggitelli; cuocetele per i minuti restanti, bagnandole con poca acqua di cottura dei fasolari. Spegnete la fiamma, unite i fasolari tritati e 1 cucchiaio di prezzemolo tritato; mescolate, distribuite le caserecce nei piatti e completate con i fasolari tenuti da parte.

SPAGHETTI ALLA CHITARRA CON ORATA, BURRATA E PISTACCHIO

Cuoca Silvia Paleari
Impegno Facile
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1,2 kg pomodori datterini gialli e rossi
600 g spaghetti alla chitarra
150 g burrata
1 orata abbattuta
1 limone
pistacchi pelati
olio extravergine di oliva

Sfilettate l'orata, sfaldatela e fatela marinare con il succo del limone e olio per circa 30 minuti.
Scaldate una padella dai bordi alti con 2 giri di olio, aggiungete quindi i datterini tagliati a metà e cuoceteli a fuoco moderato per qualche minuto; frullateli poi con ¾ della burrata ottenendo una crema.
Cuocete gli spaghetti, scolateli molto al dente e terminate la cottura in padella con la crema di datterini e 1-2 mestoli di acqua di cottura; quando il liquido si sarà un po' asciugato, spegnete.
Distribuite gli spaghetti nei piatti e completate con la burrata rimasta, l'orata marinata e una manciata di pistacchi tritati.

Carpaccio di baccalà *pag. 51*
Insalata di ravanelli, fagiolini e melone *pag. 65*

I piatti con la frutta estiva, freschi e leggeri, sono valorizzati da una bollicina di pari caratteristiche. Abbinateli con lo **Spumante Extra Dry Riesling** 2022 di Rocca dei Forti, intenso, fragrante e fruttato. Anche al super.
7,50 euro, roccadeiforti.it

Supplì di riso e cozze *pag. 52*

L'uva autoctona durella, dalla spiccata acidità, e la vinificazione con il Metodo Classico rendono il **Lessini Durello Extra Brut** 2017 di Corte Moschina una bollicina tutta da scoprire: fruttato, iodatoe slanciato, è perfetto con un antipasto fritto.
25 euro, cortemoschina.it

Risotto alla Nerano *pag. 56*
Dentice in padella *pag. 60*

Stappate un bianco giovane, leggermente aromatico e armonioso, come il **Pinot grigio delle Venezie** Tudajo 2022 di Bosco del Merlo, ampio e morbido, che si fa ricordare per il suo aroma di fiori di acacia e di biancospino. Servitelo sui 10 °C.
9,50 euro, boscodelmerlo.it

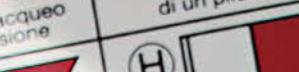
PESCI

Piatti zuppa: **Casa Baci Milano**.

ZUPPA DI PESCE

Piatto piano del dentice **Mario Luca Giusti**, bicchieri e tovaglietta, e piattino delle polpette **Casa Baci Milano**.

DENTICE IN PADELLA, FAGIOLINI E ALBICOCCHE IN AGRO

POLPETTE DI PESCE SPADA AL SUGO

RICCIOLA ALLA MEDITERRANEA IN VASOCOTTURA

ZUPPA DI PESCE

Cuoca Silvia Paleari
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA ZUPPA

- **1 kg cozze**
- **500 g rana pescatrice**
- **500 g scorfano**
- **500 g passata di pomodoro**
- **400 g totani o calamari puliti**
- **50 g vino bianco secco**
- **6 gamberi**
- **6 scampi**
- **1 gambo di sedano**
- **1 cipolla**
- **1 carota**
- **aglio**
- **prezzemolo**
- **peperoncino in polvere**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe in grani**

Pulite i pesci e sfilettateli. Sciacquate gli scampi. Pulite i gamberi eliminando il budellino scuro. Pulite i totani e tagliateli a rondelle.
Preparate il brodo di pesce: portate a bollore 1,5 litri di acqua con carota, cipolla e sedano; unite tutti gli scarti di pesce, pepe e poco sale e lasciate sobbollire eliminando con la schiumarola la schiuma che affiora.
Pulite le cozze; fatele aprire in un tegame, coperto, con olio e 1 spicchio di aglio. Filtrate il liquido di cottura; sgusciate le cozze, tenendone qualcuna intera per completare il piatto.
Scaldate in una padella un filo di olio con 2 spicchi di aglio, unite i totani, sfumate con il vino e fate evaporare. Aggiungete la passata e il liquido di cottura delle cozze. Coprite e cuocete per circa 25 minuti.
Eliminate l'aglio, insaporite con peperoncino a piacere e unite i tranci di rana pescatrice, lo scorfano e 800 g di brodo di pesce, filtrato. Cuocete per circa 15 minuti a fuoco basso, mescolando delicatamente per non rompere il pesce.
Aggiungete quindi i gamberi puliti e tagliati a tocchetti, gli scampi e le cozze sgusciate. Aggiustate di sale e pepe e dopo circa 5 minuti spegnete.
Completate con le cozze con il guscio e prezzemolo tritato.
Servite a piacere con crostini.

DENTICE IN PADELLA, FAGIOLINI E ALBICOCCHE IN AGRO

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 40 minuti più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **600 g filetti di dentice**
- **400 g albicocche**
- **320 g fagiolini**
- **60 g zucchero**
- **40 g aceto di vino bianco**
- **semi di senape**
- **semi di coriandolo**
- **peperoncino fresco**
- **bottarga**
- **menta**
- **lime**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**
- **pepe**

Portate a bollore l'aceto con 80 g di acqua, lo zucchero, ½ cucchiaio di semi di senape, una macinata di semi di coriandolo, il succo di ½ lime e la sua scorza grattugiata e una rondella di peperoncino tritata.
Tagliate le albicocche a spicchi e irroratele con il composto, lasciandole macerare per almeno 1 ora.
Mondate i fagiolini e lessateli in abbondante acqua salata per 6-7 minuti, quindi scolateli in acqua fredda. Conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale. Mescolate i fagiolini con le albicocche, scolate dalla loro marinata.
Salate e pepate i filetti di dentice e cuoceteli in una padella con un filo di olio, posandoli dal lato della pelle, per 5-6 minuti, irrorandoli di tanto in tanto con il loro intingolo.
Servite il dentice con il contorno di fagiolini e albicocche, completando con fettine di bottarga e foglie di menta.

POLPETTE DI PESCE SPADA AL SUGO

Ricetta di Gino Lombardo
Si definisce «maturo» e appassionato di cucina da sempre Gino Lombardo, che trae ispirazione dall'intera tradizione gastronomica del nostro Paese, senza confini regionali. In modo particolare è attratto dalle vecchie ricette e dai sapori dimenticati che solo alcune materie prime riescono ancora a regalare. Pensa che i valori della cucina debbano essere tutelati dall'avanzare delle mode invadenti dove l'imperativo è eccedere nelle combinazioni e stupire con effetti speciali, e conclude così: «Io sono ancora uno che si commuove quando "pippia" il ragù».

Realizzazione Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 20 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- **600 g pesce spada**
- **500 g passata di pomodoro**
- **300 g mollica di pane raffermo**
- **50 g Parmigiano Reggiano Dop grattugiato**
- **1 uovo**
- **1 spicchio di aglio**
- **1 cipolla dorata**
- **prezzemolo – basilico**
- **capperi sotto sale**
- **olio extravergine di oliva**
- **olio di semi**
- **sale**

Togliete la pelle dai tranci di pesce spada e tenetela da parte.

In barca, per prima cosa, scegliete piatti che richiedano pochi strumenti e che possano essere realizzati in spazi molto ridotti

Sminuzzate la polpa con un macinino o con un coltello a lama larga.
Frullate la mollica rafferma, con il parmigiano grattugiato, le foglie di un mazzetto di prezzemolo, l'aglio, una manciata di capperi dissalati con 1 bicchiere di acqua: dovrete ottenere un composto morbido e lavorabile. Amalgamatelo con il pesce sminuzzato, l'uovo e un filo di olio extravergine di oliva (se la consistenza dovesse risultare troppo cedevole, si può aggiungere del pangrattato).
Formate le polpette, bagnando di tanto in tanto le mani; ne otterrete una quarantina.
Passate le polpette in forno a 120 °C per 5 minuti, quindi friggetele in abbondante olio di semi, a 170 °C per un paio di minuti e scolatele via via su carta da cucina.
Preparate il sugo: fate appassire in un ampio tegame la cipolla tritata con una generosa quantità di olio extravergine di oliva; unite quindi la pelle del pesce spada e lasciatela rosolare per un paio di minuti; aggiungete poi la passata di pomodoro e regolate di sale.
Portate il sugo a un lieve bollore, quindi unite le polpette e proseguite la cottura, a fuoco basso e a tegame coperto, per 30 minuti, mescolando di tanto in tanto, delicatamente, con una spatola.
Spegnete infine la fiamma, profumate con qualche foglia di basilico e servite.

RICCIOLA ALLA MEDITERRANEA IN VASOCOTTURA

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **500 g filetti di ricciola**
- **100 g olive taggiasche**
- **10 pomodorini**
- **10 cucunci sotto aceto**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**
- **pepe**

Tagliate i filetti di ricciola in trancetti, conditeli con un filo di olio, sale e pepe, massaggiandoli bene. Trasferiteli in 4 vasetti adatti alla vasocottura, con le olive, i cucunci e i pomodorini a spicchi; regolate ancora di olio, sale e pepe, sigillate i vasetti e cuocete nel forno a microonde per 6 minuti a 800 W di potenza.

Caserecce con fasolari *pag. 56*
Rösti di patate con peperoni *pag. 65*

Sia per la pasta con le conchiglie sia per il piatto vegetariano con i peperoni va bene un bianco giovane dai profumi agrumati, floreali ed erbacei come il **Sauvignon** 2022 di Arnaldo Caprai, che ha un carattere fresco e minerale. *18 euro, arnaldocaprai.it*

Spaghetti con orata *pag. 56*

La caratteristica sapidità dei vini rosa della Valtènesi valorizza il sapore marino dell'orata ed è in piacevole contrasto con la dolcezza della crema di datterini e della burrata. Molto consigliato è il **Valtenesi** RosaMara 2022 di Costaripa, una cantina che ha fatto la storia della denominazione. *19 euro, costaripa.it*

Zuppa di pesce *pag. 60*

Le ricette di pesce con il pomodoro sono valorizzate con un vino rosato, fermo o spumante. Ci piace sempre l'abbinamento con il **Franciacorta Rosé Nature** 61' 2016 di Berlucchi, un elegante pinot nero, dalla bollicina cremosa, con profumi di piccoli frutti rossi, spezie e melagrana. *38 euro, berlucchi.it*

Polpette di pesce spada *pag. 61*

Provatele in abbinamento a un vino rosato, calabrese come la ricetta. Il Terre Lontane Rosato 2022 di Librandi è un mix di **gaglioppo e cabernet sauvignon** con intriganti profumi di piccoli frutti rossi ed erbe aromatiche; all'assaggio è fresco, disinvolto e salmastro. *10,50 euro, librandi.it*

VERDURE

Bicchieri colorati **Mario Luca Giusti**.

ORTAGGI, TOMINO FONDENTE E «KETCHUP» DI CAROTE

RÖSTI DI PATATE CON PEPERONI SALTATI

INSALATA DI RAVANELLI, FAGIOLINI E MELONE

ORTAGGI, TOMINO FONDENTE E «KETCHUP» DI CAROTE

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER IL KETCHUP DI CAROTE

- **300 g carote**
- **20 g zenzero fresco**
- **12 g aceto di mele**
- **12 g zucchero semolato**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

PER L'INSALATA

- **100 g lattughini misti**
- **100 g uva rossa**
- **50 g pinoli**
- **2 zucchine**
- **2 carote**
- **1 tomino**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

PER IL «KETCHUP»
Sbucciate le carote, tagliatele a rondelle e cuocetele in acqua bollente salata per 20 minuti, quindi scolatele e frullatele con un frullatore a immersione unendo lo zucchero, lo zenzero grattugiato, l'aceto di mele, un pizzico di sale e 1 cucchiaio di olio.
PER L'INSALATA
Mondate carote e zucchine, quindi tagliate le prime a rondelle (se volete intagliatele con un tagliapasta a fiore) e le seconde a nastri sottili.
Lavate i lattughini.
Tostate delicatamente i pinoli in una padella.
Ammorbidite il tomino in una padella rovente per 2 minuti per lato, quindi tagliatelo a spicchi.
Condite l'insalata, le zucchine e le carote con un filo di olio e sale.
Servitela con gli spicchi di tomino, l'uva rossa e il «ketchup» di carote.

RÖSTI DI PATATE CON PEPERONI SALTATI

Ricetta di Lucia Oceano
Siciliana nata a Treviso, Lucia vive a Roma da oltre vent'anni e nei suoi piatti è fedele alle tradizioni del Sud, ma molto aperta verso nuovi ingredienti e sapori. Appassionata di miscelazione e di abbinamenti tra cibo e vino, ama creare ricette «zero spreco» e inclusive come questa che ci ha inviato «per mettere a tavola con felicità ospiti onnivori, vegetariani, vegani e celiaci».

Realizzazione Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **800 g patate novelle**
- **2 peperoni, rosso e verde**
- **1 cipolla**
- **capperi dissalati**
- **timo**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Lessate le patate in acqua bollente per circa 35-40 minuti, secondo la loro grandezza.
Mondate la cipolla e tagliatela a fette o a dadini.
Pulite i peperoni e tagliateli a strisce.
Rosolate la cipolla in una padella con un filo di olio. Aggiungetevi i peperoni, insieme a 1 cucchiaio di capperi e a qualche foglia di timo, e cuoceteli a fuoco vivo, per 6-7 minuti.
Scolate le patate e pelatele, quindi schiacciatele, salatele e pepatele, ottenendo un purè sodo.
Formate 4 tortini, aiutandovi, se volete, con un anello di 9 cm di diametro.
Rosolateli in una padella con un filo di olio, per circa 2 minuti su ogni lato, in modo da renderli dorati.
Servite questi rösti con i peperoni, completando con qualche rametto di timo fresco.

INSALATA DI RAVANELLI, FAGIOLINI E MELONE

Cuoca Silvia Paleari
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- **500 g pomodori datterini**
- **200 g fagiolini**
- **60 g olive taggiasche in salamoia**
- **3 cetrioli**
- **1 mazzetto di ravanelli**
- **1 melone**
- **1 cespo di insalata in foglia**
- **1 cespo di insalata belga**
- **rucola**

PER LA SALSA

- **200 g yogurt bianco magro**
- **1 cucchiaino di senape**
- **1 limone**
- **prezzemolo tritato**
- **sale – pepe**

Pulite e lessate i fagiolini per circa 10 minuti (devono rimanere croccanti); scolateli e tagliateli a metà.
Pelate i cetrioli e tagliateli a nastri sottili con il pelapatate.
Affettate i ravanelli a rondelle sottili.
Mondate le insalate.
Sciacquate le olive taggiasche.
Lavate i datterini e tagliateli a metà.
Riducete la polpa del melone a tocchetti o a palline (con l'apposito scavino).
PER LA SALSA
Mescolate lo yogurt con la senape, prezzemolo tritato, sale e pepe, e il succo del limone.
Raccogliete le verdure, il melone e le olive in un'insalatiera e condite con la salsa allo yogurt.

Ricciola alla mediterranea *pag. 61*

Scegliete un vino dal carattere mediterraneo come gli ingredienti della ricetta. Sta molto bene l'**Etna Rosato** Alta Mora 2022 di Cusumano: fragrante e ravvivato da una fresca scia minerale.
22 euro, cusumano.it

Spiedini di pollo e prugne *pag. 67*

Si abbina bene un vino rosso d'annata, che possa essere servito fresco. Ci piace la **Malvasia Nera** Mora Mora 2022 di Cantine Paololeo per i suoi attraenti aromi di more, prugne secche e spezie dolci, la morbidezza e la persistenza. Stappatela sui 14 °C. ***11,50 euro, paololeo.it***

Polpettone alla ricotta *pag. 67*

La presenza dei fichi caramellati e le temperature agostane consigliano l'abbinamento con un rosato sottile ma di carattere, come Le Fornaci **Rosé** 2022 di Tommasi, un mix di uve turbiana e rondinella, che nasce sul lago di Garda. Profuma di agrumi e ha un gusto fragrante e scorrevole. Anche al super.
13,50 euro, tommasi.com

CARNI

SPIEDINI DI POLLO E PRUGNE SECCHE E CREMA ALL'AVOCADO

Vassoio e ciotola degli spiedini **Mario Luca Giusti**, tovaglietta e piattino del polpettone **Casa Baci Milano**.

SPIEDINI DI POLLO E PRUGNE SECCHE E CREMA ALL'AVOCADO

Cuoca Silvia Paleari
Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA CREMA

300 g piselli surgelati
200 g brodo vegetale
150 g yogurt magro
2 avocado maturi
1 limone
1 scalogno
olio extravergine di oliva
sale

PER GLI SPIEDINI

400 g petto di pollo
50 g pancetta tesa a fette
20 prugne secche denocciolate
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LA CREMA

Sbucciate lo scalogno, tritatelo e fatelo appassire dolcemente con un filo di olio; aggiungete i piselli e il brodo. Coprite e cuocete per circa 15 minuti; lasciate raffreddare, quindi frullate.
Schiacciate o frullate la polpa dell'avocado riducendola in crema; amalgamatela con lo yogurt e la crema di piselli; condite con il succo e la scorza del limone e sale.

PER GLI SPIEDINI

Tagliate il pollo a bocconcini e conditeli con sale e pepe. Tagliate a metà le fette di pancetta; avvolgete ogni prugna con una striscia di pancetta. Montate gli spiedini infilzando prugne e bocconcini di pollo alternati su stecchini di legno bagnati.
Scaldate un'ampia padella con un velo di olio e arrostitevi gli spiedini da tutti i lati per 8-10 minuti.

POLPETTONE ALLA RICOTTA CON I FICHI

POLPETTONE ALLA RICOTTA CON I FICHI

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 1 ora più 30 minuti di raffreddamento

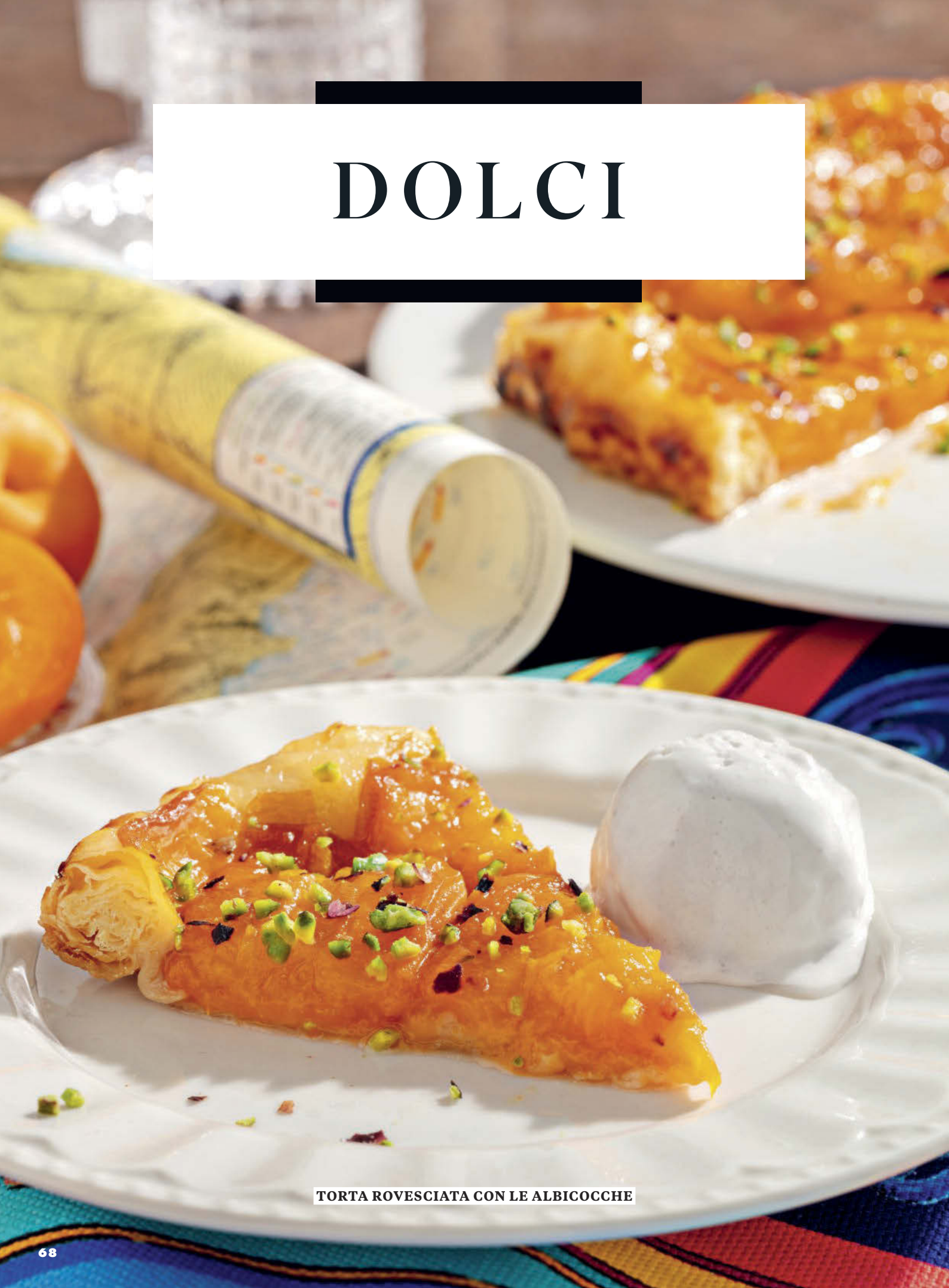
INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

800 g polpa mista di maiale e manzo macinata
500 g ricotta
120 g pangrattato
3 fichi
mandorle – miele
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Lavorate la polpa macinata con 250 g di ricotta, il pangrattato, sale e pepe, impastandola fino a ottenere un composto omogeneo.
Stendetelo su un piano, sopra un foglio di carta da forno, formando un rettangolo.
Asciugate la ricotta rimasta, tamponandola con carta da cucina, quindi stendetela al centro.
Lavate bene i fichi e tagliateli a spicchi.
Disponeteli sulla ricotta (ne avanzeranno alcuni, che userete per la decorazione).
Arrotolate la carne intorno al centro di ricotta e fichi, aiutandovi con il foglio di carta da forno.
Date al polpettone una forma regolare, chiudendo la carta da forno alle estremità.
Spennellate con un po' di olio e infornate a 180 °C per 35-40 minuti.
Caramellate intanto i fichi rimasti con 1 cucchiaino di miele, in una padellina.
Sfornate il polpettone e lasciatelo raffreddare.
Liberatelo dall'involucro.
Completatelo con i fichi caramellati e mandorle tagliate con il coltello.

Torta con le albicocche *pag. 71*

Sta bene un passito di uve bianche che sappia coniugare dolcezza e acidità, come la torta. Il Nektar 2019 di Lunae Bosoni è un **Vermentino** di colore dorato con intensi profumi di albicocca e arancia candita e un sapore equilibrato, anche per via di una punta di sapidità. ***24,50 euro, cantinelunae.com***

DOLCI

TORTA ROVESCIATA CON LE ALBICOCCHE

Piatto decorato **Mario Luca Giusti**.

MUFFIN AI LAMPONI E CREMA INGLESE

CHEESECAKE CON PESCHE E AMARETTI

TORTA ROVESCIATA CON LE ALBICOCCHE

Cuoco Marco Cassin
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- **200 g** **1 sfoglia di pasta brisée rotonda**
- **80 g** **zucchero semolato**
- **40 g** **burro**
- **12** **albicocche**
- **granella di pistacchi**

Sciogliete in una padella il burro con lo zucchero, finché non otterrete un caramello.
Dividete le albicocche a metà ed eliminate i noccioli.
Foderate una teglia (ø 24 cm) con carta forno. Distribuitevi il caramello e quindi le albicocche, con il dorso rivolto verso l'alto. Coprite con la pasta brisée, rimboccandola e pizzicandola sui bordi; infornate a 180 °C per 25-30 minuti.
Sfornate, rovesciate la torta, togliete tortiera e carta e lasciate raffreddare.
Decorate la torta con un cucchiaio di granella di pistacchi e servite, accompagnando a piacere con gelato alla vaniglia o al fiordilatte.

MUFFIN AI LAMPONI E CREMA INGLESE

Cuoca Silvia Paleari
Impegno Medio
Tempo 45 minuti più 30 minuti di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PEZZI

PER I MUFFIN

- **400 g** **farina**
- **250 g** **latte**
- **250 g** **lamponi**
- **180 g** **zucchero**
- **160 g** **burro – 2 uova**
- **1** **bustina di lievito in polvere per dolci**
- **1** **limone**
- **zucchero a velo – sale**

PER LA CREMA INGLESE

- **200 g** **latte**
- **200 g** **panna fresca**
- **60 g** **tuorli**
- **50 g** **zucchero**
- **1** **baccello di vaniglia**

Mescolate in un'ampia ciotola la farina e il lievito setacciati, un pizzico di sale, lo zucchero, la scorza grattugiata dell'intero limone.
Fondete il burro a bagnomaria e poi fatelo raffreddare.
Sbattete leggermente le uova, incorporatevi il burro fuso, ormai raffreddato, il latte e mescolate con una frusta a mano.
Versate poco alla volta il composto liquido nella ciotola della farina, amalgamando bene fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Fatelo riposare per circa 30 minuti.
Imburrate e infarinate degli stampini per muffin e riempiteli con l'impasto per ¾. Inserite delicatamente in ogni pirottino qualche lampone intero, lasciandone da parte 12 per la decorazione finale.
Infornate i muffin a 180 °C per 20-25 minuti. Una volta pronti sfornateli, lasciateli raffreddare, quindi sformateli; decorate ciascuno con un lampone intero e zucchero a velo.

PER LA CREMA INGLESE

Scaldate la panna con il latte per 5 minuti, evitando che giunga al bollore.
Sbattete i tuorli con lo zucchero e i semi della vaniglia usando una forchetta per non incorporare aria. Stemperate lentamente con il latte e la panna, poi riportate sul fuoco continuando la cottura fino ad arrivare a 82 °C al massimo, ovvero finché la crema non velerà il dorso di un cucchiaio. Raccogliete la crema in una ciotola, copritela con pellicola e lasciatela raffreddare, quindi ponetela in frigo fino all'utilizzo.
Servite i muffin con la crema inglese e accompagnate a piacere con una macedonia di frutta mista.

CHEESECAKE CON PESCHE E AMARETTI

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 35 minuti più 8 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **125 g** **ricotta**
- **100 g** **amaretti**
- **50 g** **burro**
- **50 g** **panna fresca**
- **3 g** **gelatina alimentare in fogli**
- **2** **piccole pesche noci**
- **confettura di pesche**
- **zucchero a velo – limone**

Mettete a bagno in poca acqua la gelatina. Montate la panna.
Sbucciate una pesca, tagliatela a pezzetti e incorporatela nella ricotta con 1 cucchiaio abbondante di zucchero a velo, la gelatina alimentare ben strizzata e la panna montata.
Sbriciolate finemente gli amaretti e amalgamateli in un mixer con il burro, fuso.
Montate le cheesecake in 4 coppapasta quadrati (lato 6 cm, h 4 cm): distribuite alla base il composto di amaretti e burro fuso, compattandolo bene, quindi il composto di ricotta e pesca.
Ponete in frigorifero per 6-8 ore.
Tagliate a cubetti piccoli l'altra pesca, conditeli con 2 cucchiai abbondanti di confettura di pesche stemperata con il succo di ½ limone e distribuiteli sulle cheesecake.

Muffin ai lamponi *pag. 71*
Cheesecake di ricotta *pag. 71*

Il **Moscato d'Asti**, con la sua lieve effervescenza e le note aromatiche, è uno dei migliori vini per i dessert con frutta e creme fresche. Il Canelli Piasa San Maurizio 2022 di Forteto della Luja, ben bilanciato tra dolcezza e acidità, profuma di frutta, fiori, salvia e miele. ***10 euro, fortetodellaluja.it***

A bordo!

Parte del nostro servizio è stato realizzato navigando sulla Quarta Santa Maria, yacht a vela d'epoca a noleggio nel Mar Mediterraneo, costruito nel 1993 nei Cantieri Sangermani di Lavagna su progetto Sparkman & Stephens. Ristrutturato nel 2020-2021 conservando uno stile classico, ha ampi spazi sul ponte e una comoda zona intorno al pozzetto per pranzare all'aperto. Quarta Santa Maria può ospitare fino a dieci persone in cinque cabine, tutte con il bagno privato. L'equipaggio è composto dal capitano, dallo chef e dal marinaio. Lo yacht è rappresentato da Forza Tre, compagnia di charter e broker. Per informazioni: *forzatre.it*

PAPÀ, CHE COSA CUCINIAMO?

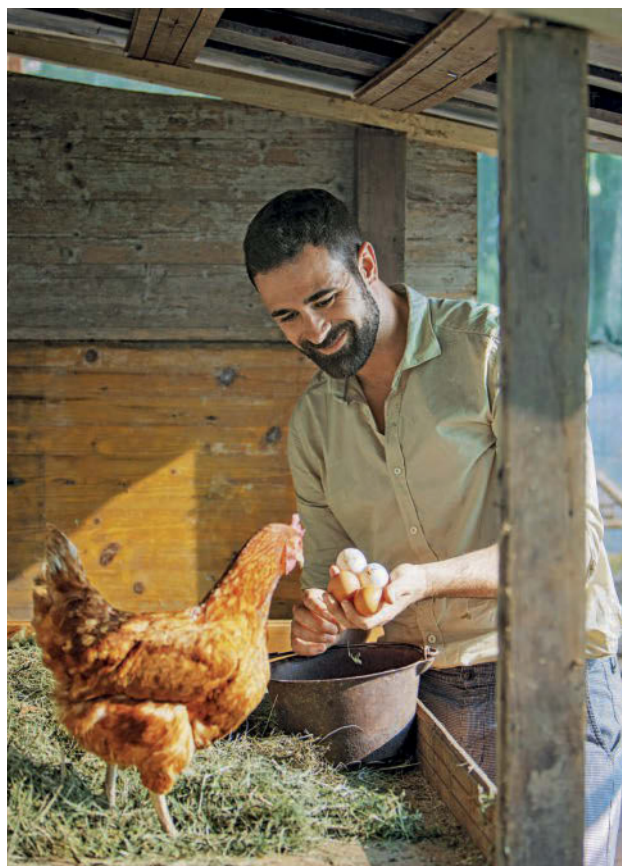
GNOCCHI DI CAROTE CON ERBE AROMATICHE

La domanda che la piccola Alisea rivolge oggi allo chef Roberto Valbuzzi è la stessa che faceva lui da bambino ai grandi di casa. È così che gli affetti sono diventati l'ingrediente principale della sua cucina

DI **ANGELA ODONE**, RICETTE **ROBERTO VALBUZZI**, FOTO **CLAUDIO TAJOLI**

La famiglia
di Roberto Valbuzzi
al completo nel giardino
di casa: lui ha in braccio
la figlia Alisea, seduta
la moglie Eleonora Laurito
con il figlio più piccolo
Elan Gabriele.

Nella pagina accanto, a sinistra, Roberto Valbuzzi porta sulle spalle la figlia e chiacchiera con il nonno Luciano sotto una pianta di marroni (quando siamo andati a scattare il servizio fotografico era nel pieno della fioritura e spandeva un profumo inebriante); a destra, un momento della raccolta delle uova nel pollaio.

PORCINI FRITTI E MAIONESE AL ROSMARINO

Cince, passeri e usignoli. Se ci si ferma e si presta attenzione, forse si riescono a distinguere anche le altre voci del bosco. Sono quelle che circondano in un continuo e garrulo concerto la casa del cuoco contadino Roberto Valbuzzi (volto noto del programma *Cortesie per gli ospiti* su Real Time) a Malnate nel Varesotto, dove vive con la sua grande famiglia. Grande perché le generazioni che si alternano in un abbraccio collaborativo sono almeno tre, anzi quattro, da quando anche Alisea, la primogenita, ha iniziato a cucinare con il papà, ben assistita dalla mamma Eleonora Laurito. Il più piccolo della famiglia, Elan Gabriele, non ha ancora l'età per maneggiare i coltelli, ma nei travasi di riso e di farina di mais è imbattibile. È questa armonia il segreto dei piatti di Roberto, quelli che prepara ogni giorno per i suoi cari e quelli che si possono gustare al ristorante.

Prima di metterci ai fornelli per preparare due ricette di famiglia e poi raggiungere il suo Crotto Valtellina per scoprire i due piatti davvero speciali delle prossime pagine, facciamo un giro nell'orto, fonte primaria di verdura e frutta; è razionale e curato, studiato per seguire le giuste rotazioni e non impoverire il terreno, coltivando in consociazione le specie che meglio crescono le une accanto alle altre. Poco oltre si vedono il frutteto e la marroneta: una sedia di diverse decadi fa, di cemento decorato a mo' di tronchi d'albero, è posizionata nel punto in cui la vista si perde verso l'orizzonte: è quella di Luciano, nonno di Roberto, che ha fatto il pastore e ha costruito tutte le case della famiglia, pietra dopo pietra, con la tecnica che aveva imparato dal suo, di nonno. L'anima di ferro della seggiola inizia a intravedersi, ma rimane salda lì, per reggere all'impeto delle arrampicate di Alisea e di Elan Gabriele.

Raccogliamo le erbe aromatiche e torniamo in cucina per preparare gli gnocchi e i porcini. Le ricette sono di nonna Gisella: prima che gli gnocchi vengano fotografati, senza che Roberto se ne accorga, lesta controlla che siano venuti bene, della giusta consistenza.

È tempo di andare al ristorante, come ogni giorno fa lo chef, un saluto a tutti e via al Crotto Valtellina, dove ci accoglie suo papà Leonardo. È proprio lui che ha creduto in Roberto fin da subito, da quando, chiedendogli di sostituirlo in «cooking show», ha decretato il suo successo, anche televisivo. Siamo in un luogo magico dove la potenza della natura e della mano dell'uomo si intrecciano: al riparo di una cava di arenaria nel 1905 i contadini cercavano il conforto del fresco e di un bicchiere di vino. Questo ristoro, fatto di preparazioni piene di estro e di raffinatezza, che però affondano le radici nella tradizione, non è mai venuto meno. Anzi, si è moltiplicato, grazie alle ricette e all'attitudine sempre accogliente di Roberto e alla capacità della sua brigata di essere anche un po' famiglia.

GNOCCHI DI CAROTE CON ERBE AROMATICHE

Impegno Medio
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 800 g patate lessate
- 400 g farina – 200 g carote
- 2 uova
- timo limone
- maggiorana
- basilico
- Parmigiano Reggiano Dop
- scalogno – salvia
- burro
- sale – pepe

Mondate le carote e tagliatele in bastoncini, rosolatele in padella con una noce di burro e 1 scalogno a fettine, salvia, pepe; unite poca acqua calda salata, coprite e fate cuocere ancora per 10 minuti.
Schiacciate le patate.
Tritate finemente maggiorana, timo limone e basilico.
Frullate le carote e impastatele con le patate, la farina, le erbe tritate e le uova: dovrete ottenere un composto soffice.
Formate gli gnocchi usando due cucchiai e calateli direttamente nell'acqua bollente salata.
Scolateli quando vengono a galla e insaporiteli in padella con una noce di burro e salvia.
Servite con abbondante parmigiano grattugiato.

PORCINI FRITTI E MAIONESE AL ROSMARINO

Impegno Medio
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 8 cappelle di porcino
- 2 uova
- latte
- pangrattato
- farina
- olio di arachide – sale

PER LA MAIONESE

- 200 g olio di mais
- 50 g olio extravergine di oliva
- 1 uovo
- 1 cucchiaino di senape
- 1 cucchiaino di aghi di rosmarino tritati
- 1 spruzzata di aceto di mele
- scorza di limone grattugiata
- sale – pepe

Pulite le cappelle con un pennellino o con un canovaccio inumidito.
Passatele nella farina, poi nelle uova sbattute con poco latte, infine nel pangrattato.
Friggetele in abbondante olio bollente fino a completa doratura.
Scolatele su carta da cucina.

PER LA MAIONESE
Raccogliete nel bicchiere del frullatore tutti gli ingredienti, appoggiate il frullatore a immersione sul fondo del bicchiere e frullate senza sollevarlo fino a ottenere la maionese.
Servite i porcini fritti con la maionese al rosmarino.

SPAGHETTI, FONDO SENAPATO ALL'AGLIO NERO, SALSA AL GUBET E FICHI

Impegno Per esperti
Tempo 7 ore più 12 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER IL FONDO SENAPATO

- 4 carote
- 4 gambi di sedano
- 2 cipolle bionde
- 1 testa di aglio

→

Nella pagina accanto, a sinistra, Roberto Valbuzzi nella piccola serra mentre raccoglie le bietole da costa; a destra, una pianta di zucchine nell'orto di casa.

SPAGHETTI, FONDO SENAPATO ALL'AGLIO NERO, SALSA AL GUBET E FICHI

Nella pagina accanto, da sinistra, le brigate di cucina e di sala con lo chef Roberto Valbuzzi, seduto al centro, e il padre Leonardo, direttore di sala, in piedi a destra; la sala del ristorante che affaccia sulla grotta.

FILETTO DI CAPRIOLO «1848»

60 g senape di Digione
rosmarino – salvia
alloro – timo – sale
bacche di ginepro
chiodi di garofano
vino bianco secco
semi di senape nera
senape gialla in polvere
olio extravergine di oliva

PER LA CREMA DI AGLIO NERO

1 testa di aglio nero
1 carota
1 gambo di sedano
1 cipolla bionda
salvia – timo
rosmarino

PER LA SALSA AL GUBET
E PER COMPLETARE

400 g latte di capra
320 g spaghetti Pastificio Baradello
250 g formaggio di capra Gubet Casale Roccolo o formaggio morbido di capra a crosta fiorita
8 fichi – sale Maldon – sale
olio extravergine di oliva

PER IL FONDO SENAPATO

Raccogliete in una placca da forno la testa di aglio divisa a metà con sedano, carote e cipolle tagliati in tocchi (conservate le foglie del sedano); fate tostare in forno a 210 °C per 20 minuti.
Scaldate un filo di olio in una casseruola, unite le verdure tostate, le erbe aromatiche, qualche bacca di ginepro, qualche chiodo di garofano, 2 cucchiai di senape gialla e 2 di semi di senape nera, rosolate per 10 minuti e poi sfumate con 1 bicchiere di vino. Una volta evaporato, coprite con ghiaccio e acqua fredda. Quando il ghiaccio sarà completamente sciolto, aggiungete la senape di Digione, riducete la fiamma e lasciate bollire per 5 ore. Filtrate tutto e fate bollire di nuovo finché non si sarà ridotto a due terzi; alla fine aggiustate di sale, se serve.

PER LA CREMA DI AGLIO NERO

Raccogliete in una pentola la carota, il sedano e la cipolla a pezzetti, coprite con acqua fredda e unite le erbe aromatiche. Fate bollire per 15 minuti.
Filtrate in una nuova casseruola, aggiungete gli spicchi di aglio nero e fate bollire per 20 minuti.
Scolate gli spicchi di aglio e frullateli fino a ottenere una crema morbida e liscia unendo eventualmente un po' di liquido di cottura.
Mescolate questa crema con il fondo senapato.

PER LA SALSA AL GUBET

Tagliate il Gubet (un formaggio morbido di capra con crosta fiorita) a pezzetti e metteteli a macerare nel latte di capra per 12 ore.
Versate infine tutto in un pentolino e scaldate a fuoco dolce fino a 55 °C. Frullate con il mixer a immersione e passate al setaccio così da ottenere una crema liscia.

PER COMPLETARE

Pelate i fichi. Tagliatene due in tocchi di piccole dimensioni e frullate gli altri aggiungendo un filo di olio extravergine e un pizzico di sale Maldon, fino a ottenere una crema liscia.
Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata; 3 minuti prima della completa cottura, scolateli e trasferiteli in padella, aggiungete il fondo senapato all'aglio nero, un po' di acqua di cottura della pasta e completate la cottura.
Arrotolate gli spaghetti aiutandovi con un mestolo, disponeteli nei piatti formando un nido e completateli con la crema al Gubet, quella di fichi e i fichi tagliati a dadini.

Trovate la ricetta del Filetto di capriolo «1848» sul nostro sito *lacucinaitaliana.it*

POVERO? ECCELLENTE!

RICETTE
KOKICHI TAKAHASHI
TESTI
MARIA VITTORIA DALLA CIA
FOTO
JACOPO SALVI
STYLING
EWA MIELCZAREK

Cinque piatti per gustare lo sgombro secondo lo stile siculo-giapponese di una giovane osteria di Favignana che mette la semplicità sopra ogni cosa

POLPETTE DI SGOMBRO ALLA MENTA

SGOMBRO «LARDIATO»

SGOMBRO MARINATO
CON CETRIOLI E CIPOLLOTTI

SPAGHETTONI CON UOVA DI SGOMBRO

SGOMBRO IMPANATO

Il porto di Favignana, nell'arcipelago delle Egadi. La cucina di Formica Osteria, nel centro del paese, si fonda sul contributo quotidiano dei pescatori e degli agricoltori locali.

DA SAPERE

Lo sgombro appartiene alla grande famiglia del pesce azzurro. Ha carni molto saporite e sode ma anche deperibili, in quanto ricco di grassi, i benefici omega3, che tendono ad alterarsi in breve tempo. Darà molta soddisfazione se acquistato freschissimo; gli esemplari piccoli, mangiati poche ore dopo essere stati pescati, sono sublimi, anche solamente lessati e conditi con un filo di olio extravergine e origano fresco.

Freschezza – Controllate che la carne sia dura e compatta soprattutto nella parte ventrale. Le branchie devono essere rosse e gli occhi vivi e lucenti.

Taglia – Scegliete esemplari medio-piccoli. Per una persona, va bene un pesce da 300-400 grammi.

Cotture – Lo sgombro dà il massimo alla griglia. Buono anche fritto, in umido con pomodoro, al vino bianco, lessato.

Conservazione – Fresco, eviscerato e senza branchie, dura in frigo per 1 giorno. Lessato per circa 5 minuti, lasciato raffreddare nell'acqua di cottura, scolato e messo sott'olio, si mentiene in frigo per 2 giorni.

Stagionalità – Si trova tutto l'anno ma la stagione estiva è la migliore in quanto i pesci, che vivono al largo in profondità, si avvicinano di più alla costa per deporre le uova.

Segreti del cuoco – In salse e condimenti aggiungete sempre un po' di aceto o di limone per smorzare il gusto «selvaggio» dello sgombro.

POLPETTE DI SGOMBRO ALLA MENTA, MAIONESE E CIPOLLE IN AGRODOLCE

Impegno Medio
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER LE POLPETTE
- 1 kg sgombri
- 60 g mollica
- 15 g uvetta
- 15 g pinoli
- 2 uova
- menta – pangrattato
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

PER LA CIPOLLA IN AGRODOLCE
- 3 cipolle rosse
- 200 g zucchero
- 100 g aceto – sale

PER LA MAIONESE
- 500 g olio di girasole
- 2 tuorli – 1 uovo
- aceto – sale

Sfilettate gli sgombri e tritate la polpa ottenuta; amalgamatela con le uova, la mollica, qualche foglia di menta tritata (5 g), i pinoli e l'uvetta; condite con sale e pepe.
Formate delle polpette grandi come una prugna e passatele prima nell'olio extravergine e poi nel pangrattato.
Ponetele in una teglia foderata con carta da forno e cuocetele in forno a 180 °C per 12-13 minuti.

PER LA CIPOLLA IN AGRODOLCE
Affettate finemente la cipolla e stufatela in padella per 10 minuti con lo zucchero, l'aceto e una presa di sale.

PER LA MAIONESE
Montate i tuorli e l'uovo con un frullatore a immersione versandovi l'olio a filo; quando la maionese sarà densa, aggiungete 25 g di aceto e sale amalgamando bene con il frullatore a immersione.
Servite le polpette su ciuffetti di maionese e completatele con la cipolla in agrodolce.

SGOMBRO «LARDIATO»

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- 4 sgombri

PER LA SALSA
- 3 pomodori ramati maturi
- 20 g mandorle pelate

10 g basilico
1 spicchio di aglio rosso di Nubia (in alternativa aglio comune)
olio extravergine di oliva
aceto di vino bianco
sale – pepe

Incidete a croce la buccia dei pomodori e sbollentateli velocemente; pelateli e privateli dei semi.
Pestate nel mortaio la polpa di pomodoro con le mandorle e l'aglio; aggiungete, versandolo a filo, 50 g di olio, sale, pepe, 2 cucchiaini di aceto e il basilico.
Eviscerate gli sgombri e cuoceteli sulla brace per circa 4-5 minuti per parte; serviteli con la salsa.

SGOMBRO MARINATO CON CETRIOLI, CIPOLLOTTI E SESAMO

Impegno Medio
Tempo 25 minuti
più 3 ore di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 sgombri
250 g aceto di vino bianco
100 g zucchero – sale fino
PER COMPLETARE
1 cipollotto di Tropea
1 cetriolo – basilico
semi di sesamo
olio extravergine di oliva

Sfilettate gli sgombri ricavando 4 filetti incidete la pelle con tagli obliqui; liberateli dalle lische, accomodateli in una pirofila su uno strato di sale, cospargeteli di sale e lasciateli marinare per un paio di ore. Infine sciacquate i filetti, poi immergeteli in una marinata preparata mescolando 250 g di acqua con l'aceto e lo zucchero. Lasciateli riposare per circa 1 ora.
Sgocciolate i filetti e tagliateli a trancetti. Decorateli con bastoncini di cetriolo, filetti di cipollotto, foglioline di basilico e sesamo e servite con un filo di olio.

SPAGHETTONI, UOVA DI SGOMBRO, ORIGANO, CAPPERI E LIMONE

Impegno Facile
Tempo 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g spaghettoni
100 g uova di sgombro (si ricavano dai pesci freschi; in alternativa uova di sgombro sott'olio)
1 limone
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
peperoncino
capperi dissalati
origano – sale

Soffriggete dolcemente l'aglio in un'ampia padella con un velo di olio e un po' di peperoncino; stemperatevi le uova di sgombro, poi sfumate con il succo dell'intero limone.
Lessate gli spaghettoni in acqua bollente salata, scolateli al dente direttamente nella padella con il sugo, aggiungendo una manciata di capperi dissalati e origano.
Serviteli subito con scorza di limone grattugiata.
DA PROVARE Quello che rende speciale questa pasta sono le uova di sgombro, un ingrediente poco usato ma molto saporito. D'estate è facile trovarle nei pesci (di solito, se ne ricavano 30-40 grammi ciascuno). Gli sgombri si possono poi lessare brevemente con aromi, sfilettare e conservare sott'olio per un paio di giorni.
Più pratiche, come alternativa, le uova di sgombro conservate sott'olio.

SGOMBRO IMPANATO CON LIME E CIPOLLA ROSSA

Impegno Medio
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 sgombri da 350 g cad.
200 g pane panko (in alternativa pancarré sbriciolato e tostato)
100 g farina
olio di arachide
sale
PER COMPLETARE
1 cipolla rossa
1 lime – rucola selvatica

Affettate la cipolla in anelli sottili e metteteli a bagno in acqua.
Tagliate la testa degli sgombri, praticate un taglio profondo lungo la linea ventrale ed eliminate i visceri; aprite i pesci a libro (a farfalla); rimuovete la lisca centrale conservando la coda; eliminate le altre lische.
Preparate una pastella mescolando la farina con 500 g di acqua.
Immergete la parte della polpa nella pastella e successivamente nel pane panko o nel pancarré.
Friggete gli sgombri in abbondante olio di arachide a 170 °C, immergendoli dalla parte dell'impanatura e girandoli per qualche secondo. Quando saranno dorati e croccanti, scolateli su carta da cucina.
Salateli leggermente e serviteli con foglie di rucola, gli anelli di cipolla scolati e asciugati, e sottilissime rondelle di lime.

FEDERICA FIGLIOMENI KOKICHI TAKAHASHI

Kokichi Takahashi inizia la sua carriera in Giappone in un piccolo ristorante di cucina italiana e nella pescheria dello zio, dove impara a trattare il pesce secondo le tradizionali tecniche di precisione giapponesi; appassionato dell'Italia, si trasferisce a Milano e qui lavora per grandi cuochi, diventando lui stesso chef di importanti locali della città. Federica Figliomeni comincia a lavorare come cuoca con Takahashi per poi proseguire con altre esperienze a Milano e in Sicilia. Dalla loro comune passione per il mare nasce Formica Osteria di Favignana, che mette al centro il pesce locale, valorizzato con grande cura, semplicità e immediatezza, secondo uno stile che è il risultato dell'incontro dei gusti e delle regole della cucina siciliana e di quella giapponese.
formicaosteria.com

QUAL È LA MIGLIORE RICETTA DELLA CUCINA ITALIANA?

MAGARI PROPRIO LA TUA!

Se cucinare vi appassiona, inviateci le vostre ricette più riuscite: le proveremo nella cucina di redazione. E in una serata di gala molto succulenta sveleremo le migliori.

SCRIVETE A: lamigliorericettaitaliana@lacucinaitaliana.it

Inquadrate con lo smartphone il QR code qui sopra per accedere alla pagina dove troverete tutte le regole di questa sfida culinaria.

L'Osteria dell'Orologio di Salò è una meta di riferimento per l'autentica cucina del Garda.

100 POSTI DOVE MANGIARE BENE

Da Nord a Sud, Isole comprese, gli indirizzi scelti per voi da tutta la redazione di La Cucina Italiana, *per mangiare e bere bene nei posti di vacanza. Al mare, in montagna, al lago, con qualche tappa per rifocillarsi lungo il viaggio (anche appena usciti dal casello dell'autostrada)*

PIEMONTE

1. Alpe Moncerchio **(Bielmonte, BI)**
Il locale: punto di ristoro in un alpeggio nell'Oasi Zegna a 1450 metri di altitudine, che si raggiunge a piedi su un facile sentiero in vista del Monte Rosa. **L'oste:** ci sono i fratelli Adam e Giada Ferrero ad accoglervi. **La cucina:** semplice, genuina, di montagna. **I piatti da assaggiare:** l'immancabile polenta concia, il risotto al Macagn, i salumi (di toro, capra, maiale, mocetta, pancetta, lardo) e i formaggi, tutti prodotti da loro con il latte delle vacche di razza Pezzata Rossa d'Oropa sempre al pascolo sull'alpeggio. Deliziosa la cheesecake con amaretti e ciliegie al Ratafià. **La compagnia:** pochi tavoli all'interno e sulla terrazza panoramica; è indispensabile prenotare.
20-30 euro. alpemoncerchio.it

28

VALLE D'AOSTA

2. Le Bar à vin **(Aosta)**
Il locale: nel cuore del cuore cittadino. Una trattoria sempre affollata e piena di cose buone. **La cucina:** semplice, con la tradizione in prima fila. Invece salumi e formaggi, ottimi, arrivano da altre regioni. **I piatti da assaggiare:** carbonade e fonduta in cima alla lista. Per gli appassionati, grande polenta in più ricette. **Il vino:** si beve bene, anche al calice, con prezzi competitivi delle etichette valdostane in primis. **La compagnia:** tanti accenti francofoni (turisti e locali) risuonano nelle salette.
Da 45 euro per chi va oltre i taglieri. lebaravin.it

3. Trattoria di campagna **(Sarre, AO)**
Il locale: moderno ma coerente con il luogo; a poche centinaia di metri c'è il magnifico castello dei Savoia. **La cucina:** diciamo solo che l'antipasto si chiama «più valdostano di così...». Ma ci sono tocchi innovativi qua e là. **I piatti da assaggiare:** quelli con la trota salmonata, gli gnocchi erborinati, le polente. **Il vino:** l'ampia cantina è gestita da Beatrice, tra i migliori sommelier della regione. **La compagnia:** devoti alla Valle, sia per la natura sia per i prodotti. *Sui 50 euro; trattoriadicampagna.it*

LIGURIA

4. Babette **(Albenga, SV)**
Il locale: posizione da favola, praticamente sulla spiaggia. **L'oste:** Fabio Bonavia valorizza le risorse vegetali e marine della sua regione. **La cucina:** tanta Liguria, di acqua e di orto, spesso mixata con sapienza, vedi il menù degustazione *Il Pranzo di Babette*. **I piatti da assaggiare:** lo scrigno di acciughe alla ligure con il confit di cipolla rossa, le tagliatelle di trombette con salsa ai ricci di mare, il polpo tiepido con pomodori canditi. **Il vino:** le migliori etichette liguri. **La compagnia:** soprattutto i villeggianti del Ponente.
70 euro; ristorantebabette.net

5. Cian de Bià **(Badalucco, IM)**
Il locale: un'insegna a conduzione familiare, tra i caruggi di un piccolo paese della Valle Argentina. **L'oste:** Ivo Orengo, coadiuvato dalla moglie Franca. Hanno anche un'azienda agricola. **La cucina:** è raccontata nel «Menù del Priore», un percorso fatto di ricette che venivano realizzate in occasione delle festività religiose. **I piatti da assaggiare:** le paste fresche fatte in casa, il coniglio alla ligure e lo stoccafisso. **Il vino:** superiore alle aspettative, con 300 etichette, quindi divertitevi. **La compagnia:** coloro che amano la Liguria silenziosa e suggestiva.
35 euro; ciandebia.com

6. Trattoria Settembrin **(Carasco, GE)**
Il locale: bar al pian terreno e sala al primo, ma d'estate si mangia anche fuori. **L'oste:** il nuovo proprietario, Walter Pinna, prosegue lo stile di questo locale in attività da 160 anni tondi. **La cucina:** km0 docet. **I piatti da assaggiare:** quelli tradizionali, dai pansoti in salsa di noci alla cima alla genovese, al fritto misto all'italiana (cremino incluso). **Il vino:** spazia in Italia, conviene fermarsi in Liguria. **La compagnia:** è una sosta d'obbligo per chi è di passaggio in zona, tutti poi si affezionano e tornano con fidanzati, nonni e figli. A mezzogiorno si pranza con i lavoratori della zona.
30 euro; settembrin.it

7. La Brinca **(Ne, GE)**
Il locale: fuori dalle rotte, bisogna cercarlo tra i monti liguri e il mare. **L'oste:** Sergio Circella accoglie, racconta e propone la sua terra a tavola. **La cucina:** contadina del Levante ligure,

con prodotti locali freschissimi. **I piatti da assaggiare:** primi con il pesto al mortaio e il fritto misto alla genovese. **Il vino:** lunga tradizione familiare di attenzione nei confronti dei piccoli produttori, protagonisti del rinascimento del vino ligure. *45 euro; labrinca.it*

8. Concordia
(Portofino, GE)
Il locale: un angolino tranquillo, nel fondaco, dietro una delle piazzette più famose del mondo. **L'oste:** una coppia al potere, il cuoco Stefano Maconi e la sorella Manuela in sala. **La cucina:** verace e senza impegno, è il posto perfetto per una sana scorpacciata di pesce fresco, scelto con perizia. **I piatti da assaggiare:** la sequenza di antipasti, le pappardelle al ragù di cernia e i primi con il pesto di casa, il fritto misto. **Il vino:** piccola cantina, raccontata bene. **La compagnia:** chi arriva a Portofino e vuole mangiare bene, senza spendere una fortuna. *60 euro; tel. 0185269207*

9. Dai Gemelli
(Portofino, GE) **Il locale:** sul molo dove approdano tutte le barche, a remi e i superyacht, e dove passano tutti. **L'oste:** i giovani Paolo e Matteo, ultima generazione di una famiglia che ebbe la felice intuizione di aprire il locale qui nel 1850. **La cucina:** eclettica italiana (ovvio) ma con una forte impronta ligure. **I piatti da assaggiare:** sopra la media i primi con il pesto, poi calamaretti ripieni e sogliola in varie ricette. **Il vino:** per tutti, compresi gli intenditori. **La compagnia:** il mondo intero che, mentre mangia, si gode lo struscio altrui e il golfo. *70 euro; portofino.daigemelli.com*

10. Osteria numero 7
(Santa Margherita Ligure, GE)
Il locale: rustico con i tavoli in legno, le tovagliette di carta e il menù del giorno scritto sulla lavagna o spiegato a voce. **L'oste:** Daniela Genovesi, nipote dello storico burbero Roberto Mai, che ha introdotto il pos (prima volevano «solo palanche») ma mantiene lo stile casalingo. **La cucina:** grandi classici liguri, in più quello che detta la spesa del giorno. **I piatti da assaggiare:** lasagne al pesto, pansoti in salsa di noci, polpo e patate, verdurine miste ripiene. **Il vino:** il quartino è un abbinamento giusto. **La compagnia:** tutti ma proprio tutti, villeggianti e non. Attesa inevitabile perché non prendono prenotazioni. *30 euro; tel. 0185281703*

11. Da Ö Vittorio (Recco, GE)
Il locale: accogliente, ricco, quasi barocco. L'opulenza è testimone di una storia lunga 150 anni. **La cucina:** il pesce freschissimo la fa da padrone. **I piatti da assaggiare:** oltre a quelli di mare, la focaccia di Recco, portata intera al tavolo e servita ancora fumante, i pansoti e i cornetti. **La compagnia:** turisti che si fermano perché Da Ö Vittorio è una garanzia, e tanti locali che hanno voglia di sapori autentici. *30 euro; daovittorio.it*

12. Gianni D'Amato Miranda
(Tellaro, SP)
Il locale: una raffinata locanda vecchio stile in uno degli angoli più belli del Levante. **L'oste:** Gianni D'Amato, ottimo cuoco, aiutato dalla moglie Fulvia e dal figlio Federico. **La cucina:** diversa, nobile rispetto ai tanti menù turistici della zona. Il mix ligure-emiliano è azzeccato e regala emozioni. **I piatti da assaggiare:** gambero rosa, agrumi, crema di pinoli; crostacei al vitello morbido, tonno, capperi e acciughe; pescato al verde con le erbe spontanee. **Il vino:** seguite ciecamente i consigli di Fulvia. **La compagnia:** i gourmet della zona e i fedeli di Gianni. *85 euro; giannidamato.it*

LOMBARDIA

13. Al Filò (Bormio, SO)
Il locale: un antico fienile del Seicento, ben ristrutturato, in pieno centro. **L'oste:** Massimiliano Tusetti e, al suo fianco, la moglie Sara. **La cucina:** valtellinese ma non rispettosa della tradizione, nelle ricette c'è sempre il tocco personale. **I piatti da assaggiare:** il *taròz* (misto di patate, fagiolini e formaggio Casera) leggero, i miei pizzoccheri, la grigliata bastonata. **Il vino:** un bel bianco o rosato da nebbiolo. **La compagnia:** i frequentatori di Bormio e qualche residente. *50 euro; ristorantealfilo.it*

14. Vecchia Combo
(Bormio, SO)
Il locale: l'atmosfera di una baita. **L'oste:** è il ristorante della famiglia Cantoni che opera dal 1968 e oggi è gestito da Caterina, figlia della fondatrice Augusta Schivalocchi, che a sua volta lavora con la figlia Tiziana e il marito Flavio Baretto come cuoco. **La cucina:** tipica della Valtellina. **I piatti da assaggiare:** la bresaola, i pizzoccheri, gli stufati di carne, la polenta, gli *sciatt* (frittelle di grano saraceno e il formaggio tipico Casera) con l'insalatina di cicorino tagliato fine. **Il vino:** selezione eccellente di vini della Valtellina. **La compagnia:** in due nella prima sala, in famiglia nella seconda. *Sui 40 euro; tel. 0342901568*

15. Semi di Grano
(Gittana, LC)
Il locale: sulla sponda orientale del Lago di Como, una locanda contemporanea in una casa del Settecento con tavoli e sedie che ricordano i banchi di scuola, e una corte dove si pranza sotto una pergola. **L'oste:** Carlo Ballarate in cucina e la compagna Ghaia, architetto, in sala, hanno molte doti, tra cui gentilezza, buon gusto e fantasia. **La cucina:** una sintesi del territorio, dal foraging nei boschi ai produttori. **I piatti da assaggiare:** spaghettone con aglio nero, pomodoro piccante fermentato e olio al prezzemolo e pesce siluro (alla brace con piselli, biete e vino rosso), una specie aggressiva del lago. **La compagnia:** gente del posto e, a pranzo, anche molti escursionisti. *50 euro; tel. 3453415591*

16. Rifugio Martina
(Lezzeno, CO)
Il locale: un rifugio a gestione familiare, con vista sul punto in cui si dividono le due sponde del Lario. **La cucina:** tipica della montagna lombarda, sostanziosa e genuina. **I piatti da assaggiare:** la polenta, su tutte quella «uncia», la grande specialità. Ma la servono anche con la salamella, lo stinco, il cervo, il brasato. **Il vino:** un bel rosso della casa. **La compagnia:** camminatori e milanesi bene informati. *20 euro; rifugiomartina.com*

17. Sali e Tabacchi
(Mandello sul Lario, LC)
Il locale: suggestivo, è bar con mescita e punto di ristoro con caminetto e arredi in legno. **L'oste:** i Lanfranconi da oltre un ventennio svolgono un ruolo socio-culinario fondamentale in zona. **La cucina:** è un baluardo del pesce locale, interpretato con esperienza e gusto. **I piatti da assaggiare:** ascoltate loro per il pesce ma non trascurate la selvaggina in stagione, i piatti di funghi, le paste fatte in casa. **Il vino:** puntate su una buona etichetta della vicina Valtellina. **La compagnia:** tanti fedeli e qualche viaggiatore gourmet. *40 euro; osteriasalietabacchi.it* →

25

18. Il Sole di Ranco (Ranco, VA)
Il locale: il ristorante è in una villa d'epoca con giardino e tavoli all'aperto sotto un pergolato, con una bellissima vista sul lago. **L'oste:** Davide Brovelli, cuoco gentiluomo, grande sperimentatore, innamorato dei prodotti del lago e del suo orto. **La cucina:** aggraziata, nei sapori e nelle presentazioni. Da non perdere i risotti, specialità della casa, e i gamberi avvolti nelle patate croccanti. **La compagnia:** coppie, amici, famiglie e single in cerca di tranquillità. *Menù degustazione 100 euro; ilsolediranco.it*

19. Osteria dell'Orologio (Salò, BS)
Il locale: un bellissimo bancone all'entrata, qualche tavolo davanti e due sale tranquille. La classica osteria, con gli immancabili calicisti. **L'oste:** Alberto Giacomini con moglie e figlio, un grande team. **La cucina:** gardesana e bresciana, quasi integralista. **I piatti da assaggiare:** fidatevi ciecamente del pescato del giorno; anche i primi e i secondi di terra meritano. **Il vino:** la cantina è notevole, ma date sempre un occhio alla lavagna sopra il bancone. **La compagnia:** tantissimi tedeschi (il locale è famoso oltralpe), tanti italiani. *40 euro; osteriadellorologiosalo.eatbu.com*

20. Trattoria Glisenti (Vello, BS)
Il locale: trattoria solo nel nome, il posto è signorile con una spettacolare terrazza sul lago. **L'oste:** la famiglia Glisenti, presente qui da oltre un secolo. L'ultima generazione – quella della cuoca Michela e della sommelier Marzia – ha fervida passione per il mondo naturale. **La cucina:** lacustre ben eseguita, ma ultimamente si gioca sul fronte vegetariano. **I piatti da assaggiare:** il filetto di agone essiccato con la polenta, i casoncelli di trota, il coregone dell'Iseo. **Il vino:** Franciacorta in prima fila. La compagnia: in gran parte, turisti in cerca di emozioni culinarie. *50 euro; trattoriaglisenti.it*

VENETO

21. Al Torcio (Jesolo, VE)
Il locale: un'antica casa veneta nel cuore del Lido; tavoli apparecchiati con cura, atmosfera piacevole. **L'oste:** la famiglia Rossi, conosciutissima nella zona. **La cucina:** di mare (ma non solo) molto curata, per lo più tradizionale ma con il giusto tocco di contemporaneità. C'è anche la pizza in carta, buona. **I piatti da assaggiare:** quelli di pesce crudo e bollito valgono la sosta, la frittura è sontuosa, il risotto di mare impeccabile. **Il vino:** non per forza deve essere un'etichetta della regione... **La compagnia:** se Jesolo è porto e affollata località di vacanza, varietà scontata. *Sui 50 euro; altorcioristorante.it*

22. Bar Trattoria Colombini (Salizzole, VR)
Il locale: ben nascosta dentro un bar di paese, una storica trattoria della Bassa Veronese, gestita da sempre dalla famiglia Colombini. Due sale in una casa anni Cinquanta, dove il servizio colpisce ancora prima del menù, recitato a voce. **L'oste:** ai fornelli c'è Luciana, in sala l'accudente figlio Enrico. **La cucina:** casalinga autentica. **I piatti da assaggiare:** la giardiniera, l'assaggio di bollito, le tagliatelle al ragù e i tortelli fatti a mano come i tagliolini in brodo con i fegatini. I dolci classici fatti in casa. **La compagnia:** molti veronesi della Bassa ma anche turisti dal resto del Veneto. Una clientela affezionata, formato famiglia. **Il vino:** Soave, Bardolino, Recioto della casa. *Sui 25 euro; tel. 0457120001*

23. Do forni (Venezia)
Il locale: è uno dei grandi classici di Venezia, d'antan con un servizio coreografico un po' datato e divertente, atmosfera da Orient Express. **La cucina:** tanto mare e per chi vuole carne. **I piatti da assaggiare:** il gran fritto della casa, i crudi, il tagliolino con scampi e asparagi, le castraure di Sant'Erasmo al forno (quando è stagione), il fegato alla veneziana. **Il vino:** selezione importante, anche francese, con annate di prestigio. **La compagnia:** tipico posto per le famiglie veneziane, residenti e turisti. Ci sono tavoli da due e tavoli più grandi. *Sui 100 euro; doforni.it*

24. Testiere (Venezia)
Il locale: una piccola, suggestiva sala in calle del Mondo Novo. Alle pareti decine di testiere da letto che danno il nome al locale. **L'oste:** Luca in sala che narra i piatti in maniera coinvolgente e Bruno ai fornelli. **La cucina:** di pesce, quello del mercato di Rialto, lavorato il meno possibile con una bella mano sulle spezie. **I piatti da assaggiare:** oltre all'antipasto con canocchie al vapore, baccalà mantecato e capesante gratinate, da provare gli scampi e il pesce San Pietro alla griglia. **Il vino:** fatevi consigliare uno degli eccellenti biologici che dominano la cantina. **La compagnia:** molto fedele al locale, non banale. *Sui 70 euro; osterialletestiere.it*

25. Venice M'Art (Venezia)
Il locale: è una galleria che inizia con un concept store di design, prosegue con i tavoli apparecchiati e finisce su una terrazza vista Ponte di Rialto (stupenda all'aperitivo). **La cucina:** Venezia, i suoi orti e la sua laguna sono i veri protagonisti, con i loro fornitori, i cui ritratti giganti sono appesi alle pareti di mattoni a vista. **I piatti da assaggiare:** in stagione, i tagliolini al tartufo, le castraure (i piccoli carciofi di Sant'Erasmo); sempre, la fritturina di pesce. **Il vino:** carta lunghissima, con un capitolo dedicato agli Champagne, più i cocktail (Americano top). **La compagnia:** habitué e bella gioventù veneziana, turisti. *70 euro; venicevenice.com*

TRENTINO ALTO ADIGE

26. Oberraut (Brunico, BZ)
Il locale: all'interno di un piccolo albergo, tanto legno, una terrazza con vista sulla vallata e su Plan de Corones. **L'oste:** chef-patron molto noto in zona, Christoph Feichter non transige sulla vicinanza dei prodotti da utilizzare, e molti li produce lui. **La cucina:** tradizionale, senza esercizi di stile. **I piatti da assaggiare:** quelli di carne bovina e di selvaggina ma anche i canederli dolci e le frittelle di patate pusteresi con i crauti. **Il vino:** ci si diverte con i piccoli produttori locali. **La compagnia:** netta prevalenza di turisti austriaci e tedeschi. *45 euro; oberraut.it*

27. Casa del Vino della Vallagarina (Isera, TN)
Il locale: sintesi di rustico alpino ed eleganza in un palazzo storico. **L'oste:** Luca Bini racconta con calore e passione la natura e i valori identitari del territorio. **La cucina:** quasi tutto arriva dai produttori soci del ristorante, garantendo alta qualità in ogni

piatto. Il menù cambia ogni giorno e viene abbinato a uno dei vini prodotti dai soci. **Il vino:** il loro cavallo di battaglia. Si può spaziare dalle bolle ai rossi locali, degli oltre trenta soci del ristorante. *35 euro; casadelvino.info*

28. Rifugio Fuciade (Passo San Pellegrino, TN)
Il locale: in un sogno di alpeggio di fronte alle Pale di San Martino, con una stube e stanze accoglienti. **La cucina:** ladina ma con tante invenzioni originali. **I piatti da assaggiare:** orzotto alla barbabietola, uovo poché con puzzone di Moena. Se dormite lì, prima colazione sontuosa coi dolci e i pani fatti da loro. **Il vino:** anche se la carta è ricca ed ecumenica, scegliete i pinot nero del Trentino. **La compagnia:** camminatori dall'Italia e dal mondo, amanti delle Dolomiti in cerca di bellezza e di quiete (la sera). *60 euro; fuciade.it*

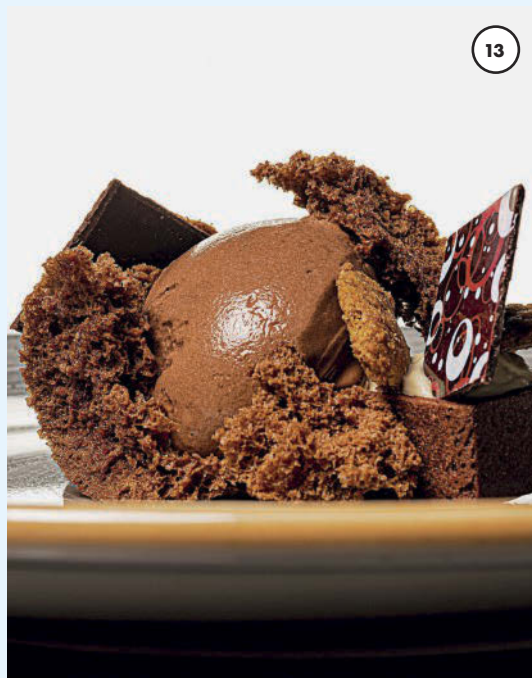
29. Osteria Morelli (Pergine Valsugana, TN)
Il locale: storica osteria, con arredamento (vero) in stile anni Cinquanta. **L'oste:** Fiorenzo Varenzo con la moglie Antonella: passione sincera per la loro terra, al punto di autoprodursi ogni succo e sciroppo. **La cucina:** trentina di casa, con attenzione anche alla materia prima povera. **I piatti da assaggiare:** quelli basati sul quinto quarto, la selvaggina, le lumache e i funghi. **Il vino:** un bel rosso trentino, meglio se il Teroldego. **La compagnia:** in gran parte del luogo e turisti in cerca di emozioni culinarie. *40 euro; osteriastoricamorelli.it*

30. Lerchner's in Ruggen (San Lorenzo di Sebato, BZ)
Il locale: era una malga, oggi è un suggestivo locale di stile sudtirolese moderno, immerso nel bosco. **L'oste:** è l'esperto Johann Lerchner, tornato a casa dopo una lunga esperienza in Germania. **La cucina:** oscilla fra la tradizione pura e il piacere di sperimentare con i prodotti del luogo. **I piatti da assaggiare:** il tris di canederli, la *saure suppe*, la crema di *graukäse* (un formaggio a pasta acida) ma anche l'originale hummus al basilico di montagna. **Il vino:** puntate su qualche grande etichetta altoatesina. **La compagnia:** turisti austriaci e tedeschi, come spesso accade in Alto Adige. *45 euro; lerchners.it*

FRIULI VENEZIA GIULIA

31. Ai Ciodi (Grado, TS)
Il locale: fantastico, ci si arriva solo in barca da Grado o Marano. Conduzione familiare e possibilità di fermarsi a dormire. **L'oste:** chef-patron conosciuto in zona, Cristiano Tognon trova la dispensa in laguna. **La cucina:** gradese al 100%, con il pesce a fare da padrone. **I piatti da assaggiare:** la frittura mista, i pesci alla griglia, il *boreto* alla graisana, ovvero un brodetto di pesce fatto secondo la ricetta di famiglia. **Il vino:** buono quello sfuso, con qualche etichetta friulana. **La compagnia:** specialmente habitué affezionati. *45 euro; portobusoaiciodi.it*

32. Locanda Devetak (Savogna d'Isonzo, GO)
Il locale: nata nel 1870, questa *gostilna* (così chiamano le locande nel Carso) è molto curata e ben gestita dalla famiglia Devetak. **L'oste:** Augustin, bravissimo a tramandare e diffondere la tradizione del Carso. **La cucina:** quella di un luogo segnato dai confini, che non ne ha dal punto di vista culinario. **I piatti da assaggiare:** tagliolini con supeta, agnello del Carso in umido, e gibanica (dolce sloveno a strati farcito). **Il vino:** dalla cantina, avvolta da pietra carsica, possono uscire rarità, soprattutto del territorio. **La compagnia:** gente che arriva anche da lontano per una delle grandi osterie italiane. *45 euro; devetak.com*

33. Antica Trattoria Menarosti (Trieste)
Il locale: accogliente, non banale con tanti memorabilia musicali. **L'oste:** la famiglia Benussi, emblema di Trieste. **La cucina:** parte dal pescato delle barche del golfo giuliano, con lavorazioni al minimo. **I piatti da assaggiare:** il crudo del giorno non delude mai, poi un risotto ai frutti di mare e una frittura mista. In stagione le granseole al naturale sono fantastiche. **Il vino:** bianco, bianco e ancora bianco. **La compagnia:** tanti triestini (che amano il pesce). *45 euro; tel. 040661077*

EMILIA-ROMAGNA

34. Osteria delle Vigne (Fornovo di Taro, PR)
Il locale: accogliente, bello il pergolato esterno quando fa caldo. **L'oste:** Pietro gentile e veloce, Cristina in cucina a impastare i ravioli. **La cucina:** rassicurante, porzioni generose. **I piatti da assaggiare:** i ravioli confezionati al momento, con i ripieni vegetali di stagione. I salumi a km vicino con lo gnocco fritto. Dolci classici casalinghi. **Il vino:** del territorio e della casa. **La compagnia:** è un ristorante di passaggio, ideale in due, in gruppo ristretto di amici, in famiglia. Ci sono motociclisti, gente esausta dalla coda in autostrada, persone venute apposta. *Sui 35 euro; tel. 0525404328*

35. Osteria Vecchia Pergola (Gossolengo, PC)
Il locale: rustico (la torta fritta si mangia sulle tovagliette) e prevalentemente in legno, è arredato con pezzi di recupero che rendono l'atmosfera simile a quella di una vecchia casa. **La cucina:** tipica emiliana, rustica, fatta alla vecchia maniera. **I piatti da assaggiare:** la torta fritta, grande, leggerissima, con i salumi di alta qualità. Ottima anche la giardiniera. Non si possono perdere i pisarei e fasö. **Il vino:** si beve nelle coppe. **La compagnia:** amici e famiglie che hanno voglia di condividere la tavola. *30 euro; tel. 0523778123*

36. Osteria Bartolini (Milano Marittima, RA)
Il locale: un format colorato e dinamico, presente anche a Cesenatico e Bologna. Aria di mare e di liscio. **L'oste:** Andrea Bartolini, architetto che ha seguito le orme del padre Stefano, piccola leggenda della Romagna. **La cucina:** «da peschereccio», senza fronzoli ma ben eseguita. **I piatti da assaggiare:** il gran fritto di pesce è difficile da evitare ma provate anche i sardoncini saltati in tegame e le *poverazze* alla marinara. **Il vino:** un buon Trebbiano basta e avanza. **La compagnia:** varia e divertente, dai locali sino ai turisti nordici. *40 euro; osteriabartolinimilanomarittima.com*

37. Trattoria San Gabriele (Piozzano, PC)
Il locale: atmosfera molto familiare in una casa rustica nella campagna piacentina, rimasta intatta dagli anni Sessanta. **L'oste:** le sorelle Antonella e Cristina Civardi eredi di una tradizione che risale alla fine dell'Ottocento, quando il bisnonno Ettore aprì la prima osteria in zona. **La cucina:** tipica piacentina. **I piatti da assaggiare:** lo gnocco fritto di straordinaria leggerezza con impareggiabili salumi (lardo, prosciutto, coppa piacentina), i tortelli a due code piacentini ripieni di ricotta ed erbe spontanee, i cannelloni e la selvaggina. Non tralasciate i dolci: troverete deliziose sorprese →

come la torta di pan e fragole in stagione o un superbo semifreddo al croccante. **La compagnia:** informale, del posto, anche se non è raro vedere qualche ospite lombardo. **Il vino:** rossi della casa come Barbera, Bonarda, Gutturnio. *Sui 40 euro; trattoriasangabriele.it*

38. La Petite Langoustine (Rimini)
Il locale: non fatevi ingannare dal nome francese, siamo sul molo con una romantica vista sulla darsena di Rimini. **L'oste:** nota di merito a Gigi e al personale, tutti giovani e preparati. **La cucina:** c'è anche la pizza, ma qui il protagonista è il pesce crudo di ottima qualità, freschissimo. **I piatti da assaggiare:** seguono quello che il mare offre, menù vario e di qualità, con un'ottima scelta di vini. **La compagnia:** ideale in coppia al tramonto. *50 euro; lapetitelangoustine.it*

39. Osteria De Borg (Rimini)
Il locale: strade strette e niente mare, ma si sta sempre bene in questa storica e coloratissima osteria di Borgo San Giuliano, il quartiere più amato dal riminese Fellini. **La cucina:** autentica, non turistica, con una fissazione per i Presidi Slow Food regionali. **I piatti da assaggiare:** se amate gli antipasti, salumi e formaggi con la piadina possono bastare. Chi tiene botta, ha davanti tante paste tirate al matterello e buoni secondi di carne. **Il vino:** strizza l'occhio ai colli riminesi. **La compagnia:** di tutto di più, ma risuona anche l'accento romagnolo. *50 euro; osteriadeborg.it*

40. La Sangiovesa (Sant'Arcangelo di Romagna, RN)
Il locale: suggestivo, con tante opere d'arte e ricavato all'interno del settecentesco Palazzo Nadiani. Il titolare Manlio Maggioli l'ha aperto su suggerimento dello scrittore Tonino Guerra. **L'oste:** Massimiliano Mussoni, interprete della cucina romagnola, che utilizza molti prodotti della Tenuta Saiano, sempre di Maggioli. **La cucina:** il repertorio della zona, anche con ricette storiche. **I piatti da assaggiare:** i grandi salumi con la piadina, le paste fatte in casa, il pollo alla cacciatora. **Il vino:** c'è l'imbarazzo della scelta.

50

La compagnia: tutti gli amanti della Romagna (e sono tanti). *50 euro; sangiovesa.it*

TOSCANA

41. Osteria Magona (Bolgheri, LI)
Il locale: in collina con tavoli in giardino, per mangiare una fiorentina a regola d'arte poco distante dalla costa. **La cucina:** specialità in carne alla brace. **I piatti da assaggiare:** i primi tipici e la fiorentina. **Il vino:** ordinate un Sangiovese delle cantine della zona oppure, se fa troppo caldo, un bel Vermentino toscano. **La compagnia:** per cene in famiglia o con gli amici. *Sui 50 euro; osteriamagona.com*

42. Nonna Isola (Castiglioncello, LI)
Il locale: ambiente luminoso e accogliente che rispecchia l'animo del cuoco e di tutti i suoi collaboratori. **L'oste:** nella piccola cucina c'è Enrico Faccenda, castiglioncellese doc, che ha sempre avuto le mani in pasta fin da bambino, quando giocava nel forno di famiglia. Maître e sommelier, la moglie Susanne Eschen. **La cucina:** brilla su tutto il pesce azzurro, passione personale del cuoco che lo propone con la massima grazia. **I piatti da assaggiare:** crudità con frutta e verdura marinate, palamita e gamberi, i rigatoni cacio, pepe, aringa e fagioli zolfino, il passato di scorfano e gallinella con polpette di pesce, elegante nella sua umiltà. **Il vino:** interessanti le etichette del territorio. **La compagnia:** tanti locali e turisti vecchi e nuovi. C'è sola una decina di tavoli distanti tra loro: è indispensabile prenotare. *60 euro; nonnaisola.it*

43. Osteria del Mare già Vòtapentole (Castiglione della Pescaia, GR)
Il locale: nel centro di Castiglione, con la possibilità di mangiare all'aperto. **L'oste e la cucina:** Massimiliano Ciregia è innamorato del pesce, protagonista assoluto del menù. Il servizio è puntuale, curato ma semplice: originali le pentoline che usano come piatti. **I piatti da provare:** il tonno scottato con contorni di stagione, il cocktail di gamberi, il cacciucco e la zuppetta di mare. **Il vino:** abbinato con competenza. **La compagnia:** famiglie e attenti buongustai. *50 euro; osteriadelmarecdp.it*

44. Elia Focacceria Bisteccheria (Fosdinovo, MS)
Il locale: tra la Spezia e Massa Carrara, un tesoro nascosto, con tanto di piscina. **La cucina:** ideale per riscoprire i sapori tipici della Lunigiana. **I piatti da assaggiare:** imperdibile la focaccia, che arriva calda al tavolo, e la fiorentina, cotta rigorosamente alla brace e direttamente sul fuoco. **La compagnia:** informale. *35 euro; focacceriabisteccheriaelia.it*

45. Maitò dal 1960 (Forte dei Marmi, LU)
Il locale: una sala fresca e tanti tavolini fuori, praticamente sulla spiaggia. **La cucina:** di pesce e di orto. **I piatti da assaggiare:** le penne alla Maitò (un mito), il gran crudo della casa, polpo e patate e il pinzimonio per pulire il palato. **Il vino:** dall'Italia, dalla Francia e dal resto del mondo. **La compagnia:** mondani e buongustai in cerca di relax. *80 euro; maito.mymaito.com*

46. Scampolo (Livorno)
Il locale: vicino al lungomare, eccentrico e accogliente, mette insieme particolari stravaganti e disparati con una divertente armonia. **La cucina:** molto curata, con invenzioni inaspettate, assaggi di mare e di orto. **I piatti da assaggiare:** il gambero fritto con una salsa alla cola; i peperoni friggitelli. **La compagnia:** vacanzieri in sosta o di passaggio, ma anche residenti bene informati. *40 euro; tel. 0586501526*

47. Da Gino (Marina di Pisa, PI)
Il locale: d'antan con le pareti gialle, atmosfera solida della buona ristorazione italiana. **L'oste:** il locale appartiene alla famiglia Iacomelli dal 1966. **La cucina:** di mare, classica. **I piatti da assaggiare:** la frittura di pesce, la calamarata con i gamberi. **Il vino:** la carta, curata da Riccardo Iacomelli, ha un centinaio di etichette, principalmente bianchi. **La compagnia:** atmosfera familiare, con tavolate rilassate. *50 euro; tel. 05035408*

48. Radici (Pisa)
Il locale: semplice, ospitale con una bella terrazza su Piazza Carrara a pochi metri dall'Arno. **L'oste:** Antonio e Giacomo in sala accolgono i clienti con simpatia. **I piatti da assaggiare:** il baccalà alla livornese e i gamberi con i carciofi (in stagione). **Il vino:** carta dei vini con un buon rapporto tra qualità e prezzo. **La compagnia:** gruppi di 4-6 amici. Il locale è un po' rumoroso, quindi no alle cene a due se non nella terrazza esterna. *Sui 35 euro; radicipisa.com*

49. Molo G Osteria Portuale (Portoferraio, LI)
Il locale: entrare in un'area portuale di notte può sembrare strano, ma subito ci si trova in un'atmosfera

magica piena di lucine. Tavolini accanto a una pista di bocce oppure lungo il molo con vista sulle barche che rientrano dalla giornata in mare. **La cucina:** contemporanea prevalentemente di pesce. **I piatti da assaggiare:** il menù varia quasi ogni giorno, consigliati il pesce fresco o il tonno. **I vini**: dell'Elba o della Costa Toscana. **La compagnia:** atmosfera unica da vivere tra amici o in coppia. *Sui 40 euro; tel. 0565915024*

50. Maggese (San Miniato, PI)
Il locale: nel centro di San Miniato, elegante e sobrio, è ormai un punto di riferimento di questo borgo toscano. Dieci tavoli per la giusta intimità; si può mangiare al bancone per seguire gli ultimi passaggi delle preparazioni. **L'oste:** ai fuochi si muovono con gesti sincroni Fabrizio Marino e la sua brigata. **La cucina:** vegetariana, sempre sorprendente, molto apprezzata anche nella terra della carne. **I piatti da assaggiare:** gazpacho all'italiana, burrata, mandorla soffice, cipolla e gelato di Tropea; agnolotti in verde al sedano rapa; mousse gelata di kefir con miele... **Il vino:** ecologico, con ricercate etichette bio locali. **La compagnia:** diversi giovani, ricercatori del nuovo e del buono di tutte le età. *Sui 100 euro; ristorantemaggese.it*

51. Buonumore (Viareggio, LU)
Il locale: il mare è poco distante, in certe giornate il suono delle onde risuona all'interno. **L'oste:** Amelio Fantoni, istrione che sa condurre l'ospite in ogni piatto: ascoltatelo. **La cucina:** di materia prima, nel senso pieno della parola. A gestirla la figlia Simona. **I piatti da assaggiare:** gli spaghetti alle arselle, o con le telline, o *co' nicchi*, come si dice a Viareggio. Per i locali sono i migliori della costa. Ma anche il cacciucco... **Il vino:** un bel bianco toscano. **La compagnia:** i fedeli di Amelio e tanti che conoscono il locale dalle guide. *45 euro; tel. 3396920936*

MARCHE

52. La cantineta (Ancona)
Il locale: a pochi passi dagli imbarchi per la Croazia, una delle trattorie degli anconetani, aperta dagli anni Cinquanta. Non vi aspettate nulla di elegante, solo ottimo cibo di pesce. **La cucina:** tipica con ingredienti di qualità. **I piatti da assaggiare:** famoso lo stoccafisso con patate (fatto all'anconetana), poi un menù con cozze e vongole alla marinara come antipasto e gnocchi alle vongole come primo. **Il vino:** Verdicchio Classico. **La compagnia:** in due, con la famiglia e anche in tavolata con gli amici. *30-40 euro; lacantineta.it*

53. Da Maria (Fano, PU)
Il locale: bar-trattoria da cartolina anni Settanta, con una bizzarra saletta e un bel dehors. **L'oste:** Maria Tena, leggenda della cittadina, aiutata dalla figlia Domenica. **La cucina:** nell'insegna c'è scritto «Pesce fresco» e sul tema non ci sono compromessi. **I piatti da assaggiare:** polenta con vongole, murici o lumachine di mare in bianco o in rosso, il bollito di pesce, il meraviglioso brodetto e, quando ci sono le specie giuste, la grigliata. **Il vino:** vai di Bianchello del Metauro e di Moretta fanese alla fine. **La compagnia:** di tutto, di più che si mette in coda pazientemente. *30 euro; tel. 0721808962*

54. Taverna 58 (Pescara)
Il locale: imperturbabile alle mode, da 40 anni riferimento in città. **L'oste:** Gabriele Di Leandro lo ha preso in mano da tre anni, cambiando lo stile del locale ma non la sostanza. **La cucina:** di tradizione, con leggere rivisitazioni. **I piatti da assaggiare:** tanti, a partire dagli arrosticini per finire alla pecora al tegame, passando per le fregnacce al ragù di prosciutto. **Il vino:** c'è il meglio della produzione abruzzese, anche al calice. **La compagnia:** pescaresi di ogni età, ma anche viaggiatori gourmet. *40 euro; taverna58.it*

55. Vino e Cibo (Senigallia, AN)
Il locale: pochi tavoli in legno, arredi essenziali ma di buon gusto, lavagnetta con il menù del giorno. **L'oste:** Roberta e Riccardo, fratelli di cuore e molto preparati sui prodotti. **La cucina:** sa unire le due tradizioni della zona, il mare e l'orto, in semplicità. **I piatti da assaggiare:** pane e sgombro, seppia a tagliatella, moscardini in zuppetta. **Il vino:** non ne troverete molto, ma i Verdicchio sono validi. **La compagnia:** tanti fedeli, qualche buongustaio di passaggio. *40 euro; tel 07163206*

56. Agriturismo Roccamaia (Valfornace, MC)
Il locale: con vista sui Monti Sibillini, un vecchio casale ben tenuto dove andare e continuare a tornare. **La cucina:** rustica, con ricette antiche che si trovano solo lì. **I piatti da assaggiare:** sarete felici con zuppa di legumi, costolette di agnello e semifreddo al liquore Varnelli. **Il vino:** scegliete il rosso della casa. **La compagnia:** famiglie e amici del posto, ma anche ciclisti ed escursionisti nostalgici della cucina di una volta. *Sui 35 euro; agriturismo-roccamaia.com*

UMBRIA

57. Acquario (Castiglione del Lago, PG)
Il locale: ambiente semplice e grande ospitalità nel posto più famoso del borgo rivierasco. **La cucina:** umbra, con una sorpresa: il Trasimeno regala un sacco di pesce buono. **I piatti da assaggiare:** quelli a base di luccio, la carpa, la tinca, l'anguilla e i gamberi, la summa è il tegamaccio. Non trascurate comunque la fagiolina del Trasimeno. **Il vino:** impossibile non finire su un'etichetta della regione. **La compagnia:** i vacanzieri residenti e di passaggio. *45 euro; ristorantelacquario.it*

58. Fattoria del Quondam (Giano dell'Umbria, PG)
Il locale: agriturismo autentico con il ristorante in una grande corte con gli animali liberi e il trattore parcheggiato. **La cucina:** rustica, da fattoria. **I piatti da assaggiare:** tutti i salumi e i formaggi fatti da loro (come l'olio, il miele, i cereali), la salsiccia sui crostini, e soprattutto lo spezzatino di cinghiale, che è commovente. **Il vino:** piacevole, dalle vigne dell'azienda. **La compagnia:** ci vanno tante famiglie, gruppi di amici, viaggiatori in sosta. *40 euro; delquondam.it*

59. Osteria Baciafemmine (Scheggino, PG)
Il locale: ricavato in cantine del Duecento, tra i vicoli fatti a scale del borgo. È a gestione familiare, vi accoglie il sorriso della signora Elisa Valentini. **La cucina:** quella corroborante e genuina della Valnerina con carni e ortaggi dell'azienda agricola biologica della famiglia. →

I piatti da assaggiare: i salumi, gli strengozzi (con il tartufo, in stagione), l'agnello e per dolce la crescionda con amaretti e cioccolato. **Il vino:** chiedete all'oste quale rosso umbro abbinare tra i tanti della sua meravigliosa cantina. **La compagnia:** turisti e buongustai. *40 euro, osteriabacia femminescheggino.it*

LAZIO

60. Acqua Pazza
(Ponza, LT)
Il locale: l'ambientazione è delle più chic con più terrazze panoramiche su differenti livelli e una zona per gli aperitivi. **L'oste:** la famiglia di Gino Pesce che da sempre mostra il lato migliore dell'isola e dei suoi prodotti. **La cucina:** sfrutta bene quanto si trova sull'isola e nel suo mare. **I piatti da assaggiare:** l'insalata di mare con ristretto di acqua pazza realizzato dagli scarti del pescato freschissimo, la bruschetta di ricciola al pomodoro (in cui il pesce abbrustolito sostituisce il pane), gli spaghetti con la granseola. **Il vino:** li segue bene Patrizia Ronca, la compagna di Gino. **La compagnia:** pubblico fedelissimo, anche di ponzesi. *80 euro; tel. 077180643*

ABRUZZO

61. Agriturismo Locanda Nido d'Aquila
(Castrovalva, AQ)
Il locale: una casa del Cinquecento in un borgo dell'entroterra abruzzese. **L'oste:** in cucina c'è un'intera famiglia, i Nanni: mamma Maria, papà Mario e il figlio Davide, chef cosmopolita ora tornato alle origini. I Nanni sono allevatori di pecore produttori e affilatori di salumi e formaggi. **La cucina:** tra passato e futuro, con salumi, conserve e pasta fresca della casa, parmigianina fredda di melanzane con stracciatella e cipolla in agrodolce. Da non mancare la tipica pecora al cotturo. **La compagnia:** famiglie del posto e turisti anche dal Nord Europa, attirati dalla cucina genuina e dalla bellezza del luogo, ritratto negli anni Trenta da Escher. **Il vino:** Cerasuolo d'Abruzzo. Menù *degustazione 50 euro (7 portate); locandanidodaquila.it*

62. Vecchia Marina
(Roseto degli Abruzzi, TE)
Il locale: stile anni Settanta, con dehors davanti alla spiaggia. **L'oste:** Gennaro D'Ignazio, fissato con la materia prima che recupera personalmente ogni mattina girando i porti della zona. **La cucina:** pesce, pesce e ancora pesce da lavorare il meno possibile. **I piatti da assaggiare:** i tagliolini Vecchia Marina con seppie, vongole e scampi. Ma non trascurate i menù fissi, con tanti assaggi. **Il vino:** chiedete uno sfuso di livello e resterete sorpresi. **La compagnia:** molto varia, del resto è considerata una delle migliori osterie italiane. *50 euro; tel. 0858931170*

63. Cibo Matto
(Vasto, CH)
Il locale: osteria contemporanea, molto colorata negli arredi. **L'oste:** Jean Pierre Soria, supportato dal padre Mario e da una brigata giovane. **La cucina:** fantasia e buona tecnica al potere per esaltare il pesce. **I piatti da assaggiare:** il brodetto (alla vastese, ovvio) vale la sosta e il fritto di paranza è impeccabile, ma con il menù degustazione da quattro portate vi divertirete di più. **Il vino:** la carta è sopra la media per un'osteria. **La compagnia:** soprattutto giovani, ma in generale gli appassionati di cucina ittica. *50 euro; tel. 0873370625*

CAMPANIA

64. Bagni Torre Saracena
(Capri, NA)
Il locale: il ristorante è sulla spiaggia con la vista sui Faraglioni di Capri. **L'oste:** Domenico Guarracino ti accudisce come un bambino. **La cucina:** tipica dell'isola. **I piatti da assaggiare:** pasta con i piselli e le mandorle, crostacei e crudo di pesce, millefoglie con crema e marmellata di fichi. **Il vino:** carta eccellente, bottiglie locali e anche tanta Francia. **La compagnia:** locali e stranieri. Famiglie, coppie, molti ospiti dalle barche. *Da 120 euro; torresaracenacapri.com*

65. Le Grottelle (Capri, NA)
Il locale: scavato nella roccia. Ci si arriva dopo una passeggiata di 45 minuti partendo da Punta Tragara. Luogo appartato frequentato dallo scrittore Norman Douglas. Meravigliosa la vista sul mare. **L'oste:** il patron Luigi Vuotto, la cuoca Costanza e la dolce cortesia dell'isola. **La cucina:** caprese di campagna. **I piatti da assaggiare:** le polpette di melanzane, i ravioli, la focaccia con la mozzarella e i pomodori, il coniglio, lo spaghetto alle vongole. **Il vino:** della casa, da non perdere il limoncello. **La compagnia:** ideale per coppie. E per chi scappa dalla folla. *Sui 60 euro; tel. 0818375719*

66. Altoforno Bistrò
(Coroglio, NA)
Il locale: all'interno del circolo Ilva con terrazza affacciata sul mare. Atmosfera intima e rilassante. **La cucina:** tradizionale con un pizzico di innovazione. **I piatti da assaggiare:** baccalà in cassuola, filetto di baccalà al panko, la parmigiana di melanzane, pasta e patate. **Il vino:** Furore di Marisa Cuomo. **La compagnia:** frequentatori del circolo Ilva, ex operai e abitanti locali. *30 euro; @altofornobistrot*

67. Focolare (Ischia, NA)
Il locale: ambiente caldo, muri di pietra, sedie impagliate, una bella terrazza. **L'oste:** non uno ma l'intera famiglia D'Ambra, guidata dai fondatori del locale Riccardo e la moglie Loretta. **La cucina:** affidata a Agostino e Francesco, due degli otto figli, tiene la barra sulla tradizione ischitana. **I piatti da assaggiare:** il coniglio da fossa (su prenotazione, ma obbligatorio), l'antipasto misto e le paste con i sughi più diversi. **Il vino:** giocate in casa e sarete contenti. **La compagnia:** chi frequenta Capri, ma cerca un angolo tranquillo. *40 euro; tel. 081902944*

68. Lo Stuzzichino
(Massa Lubrense, NA)
Il locale: al culmine della Costiera sorrentina, con ampia sala interna e un cortile piacevole all'esterno. **L'oste:** Mimmo De Gregorio, coadiuvato nella sua passione dalla famiglia intera. Ultimo arrivato, il figlio ai fornelli. **La cucina:** di mare e di terra, molto diretta, con i vegetali che arrivano dall'orto di casa. **I piatti da assaggiare:** i classici di un trentennio di attività (le polpette di mamma Filomena, i cannelloni, la pasta e patate con Provolone del Monaco) e le ultime proposte. **Il vino:** il meglio della produzione campana, anche al calice. **La compagnia:** tanti vacanzieri, ma anche tanti residenti in Costiera. *45 euro; ristorantelostuzzichino.it*

69. Taverna dell'Arte (Napoli)
Il locale: un'accogliente casa nel quartiere di Mezzocannone, in stile Napoli seicentesca. **L'oste:** Marcellino Amato, assicuratore di giorno e oste di sera. **La cucina:** affidata a Marco De Martino, interpreta con estro e classe la tradizione napoletana. **I piatti da assaggiare:** le fritture della Taverna che sono tra le migliori in città, le zuppe e i primi a base di spaghetti. **Il vino:** seguite ciecamente i consigli di Marcellino. **La compagnia:** più locale che turistica, soprattutto in settimana. *45 euro; tavernadellarte.it*

70. Angiolina (Pisciotta, SA)
Il locale: bandiera senza tempo del Cilento, si raggiunge con un sentiero che lo separa dalla spiaggia. **L'oste:** Rinaldo Merola, l'erede della leggendaria Angiolina, bravissimo a narrare le ricette e i prodotti del luogo. **La cucina:** non deraglia da quanto insegnato dalla fondatrice, quindi grande semplicità e cura casalinga in stile mediterraneo. **I piatti da assaggiare:** quelli di pesce, dal crudo alla zuppa passando per i paccheri con il ragù ittico del giorno. **Il vino:** il bianco della casa, e alcune buone bottiglie. **La compagnia:** tutti gli amanti del Cilento (e sono tanti). *50 euro; ristoranteangiolina.it*

71. Il Cellaio di Don Gennaro (Vico Equense, NA)
Il locale: curato, avvolto da un giardino incantevole. Le pietre del cellaio (la vecchia cantina ricavata nella roccia) rendono l'interno suggestivo. **L'oste:** Franca di Mauro, cuoca appassionata che fa parte degli Ambasciatori del Gusto. **La cucina:** genuina, con pochi piatti e due menù degustazione che seguono la stagionalità dei prodotti. **I piatti da assaggiare:** l'antipasto misto dove spiccano le fritturine e le linguine con alici, salvia, zeste di limone, briciole di Tarallo di Agerola. **Il vino:** c'è il meglio della produzione campana. **La compagnia:** molto varia, è infatti considerata una delle migliori osterie italiane. *40 euro; tel. 3393529394*

PUGLIA

72. Antichi Sapori (Andria, BT)
Il locale: familiare, accogliente, con un tocco di autentica ruralità. **L'oste:** Pietro Zito, figlio d'arte, tra i primi in Italia a collegare nello stesso spazio cucina e orto (oggi di 15 ettari). **La cucina:** tradizione e territorio, non in teoria, ma in ogni ricetta. **I piatti da assaggiare:** godetevi il famoso e ricco antipasto dell'accoglienza, che cambia ogni giorno, e poi fatevi consigliare da Pietro. **Il vino:** della regione, in tutte le sue declinazioni. **La compagnia:** ampia presenza di vegani e vegetariani. *40 euro; pietrozito.it*

73. Perbacco (Bari)
Il locale: la migliore osteria della città, arredi d'epoca e scaffali pieni di bottiglie. **L'oste:** Beppe Schino, ospitale e cortese, che arriva all'ingresso quando si suona il campanello. **La cucina:** affidata a Mirko Claudio, grande identità territoriale ma senza integralismi. **I piatti da assaggiare:** polpo grigliato con purea di fave, spaghettoni con fichi freschi, bottarga di muggine e timo, coniglio lardellato. **Il vino:** è la vera passione di Beppe. **La compagnia:** i vecchi e nuovi amici dell'oste. *40 euro; tel. 0805588563*

74. Antica Osteria La Sciabica (Brindisi)
Il locale: osteria di altri tempi, con gli oggetti della tradizione marinara e contadina pugliese. **L'oste:** Ernesto Palma che si divide tra i fornelli e la sala dove è affiancato dal figlio Cristiano. **La cucina:** soprattutto di pesce, preparato con semplicità e molto godibile. **I piatti da assaggiare:** spaghetti cozze e vongole, frittura di paranza e trancio di ombrina. **Il vino:** pochi, pugliesi e buoni. **La compagnia:** vivace, che conosce tutto del posto. *40 euro; tel. 0831562870*

75. Cibus (Ceglie Messapica, BR)
Il locale: un piccolo tempio, ricavato all'interno di un grottino di tufo bianco. All'ingresso sciorina una vistosa selezione di salumi e formaggi, tutti vendibili al banco. **L'oste:** Angelo Silibello con l'aiuto della moglie Angela e della cognata Filomena.

La cucina: sfrutta bene il meglio del territorio. **I piatti da assaggiare:** il tagliere super dei già citati salumi e formaggi, le storiche e squisite orecchie di prete di farina integrale con cacioricotta e pomodoro, le ricette con i legumi. **Il vino:** etichette pugliesi ma anche nazionali. **La compagnia:** pubblico di fedelissimi. *45 euro; ristorantecibus.it*

76. Gaio (Gallipoli, LE)
Il locale: sul mare, fuori del centro, perfetto anche per aperitivi a base di sfizi marinari, serviti sul bel prato all'inglese. **L'oste:** Franco Tornese, che è un cuoco dal tocco gentile. **La cucina:** pesce, crostacei, molluschi in grande assortimento. **I piatti da assaggiare:** oltre alla famosa composizione di crudi e tartare (crostacei, molluschi, branzino, dentice, tonno), prendete lo spaghettone ai ricci che vale da solo la sosta. **Il vino:** adatto al grande pesce, va forte lo Champagne. **La compagnia:** turisti di buon gusto, qualche leccese in vacanza. *Da 60 euro; gaioristorante.it*

77. La Navicula (Gallipoli, LE)
Il locale: una piccola locanda a gestione familiare nel cuore del centro storico, ma defilata dal caos. **La cucina:** è tenacemente di mare, con i classici della tradizione locale. La garanzia è il pesce, che arriva dal loro peschereccio. **I piatti da assaggiare:** il crudo di gamberi viola di Gallipoli, le polpette di polpo, il fritto di paranza, le linguine ai frutti di mare. **Il vino:** il rosato salentino della casa è perfetto. **La compagnia:** i residenti e qualche turista bene informato. *30 euro; la-navicula.business.site*

78. Trattoria Salandra (Nardò, LE)
Il locale: un ristorante al piano terra di un antico palazzo nel centro storico di Nardò, tra i paesi più belli del Salento. **La cucina:** è quella tipica, a base di ortaggi, legumi, pasta fresca. **I piatti da assaggiare:** cicoriette e fave nette, la pitta di patate, le pittule, le sagne al sugo, i dolcetti di pasta di mandorle. **Il vino:** il Negramaro, in zona ci sono cantine tra le più rinomate. **La compagnia:** gente di tutta la provincia, che arriva qui per mangiare come una volta. *Sui 30 euro; tel. 3395200245*

79. Taverna del Porto (Tricase Porto, LE)
Il locale: piacevole con vista strepitosa sul mare. **L'oste:** i fratelli Coppola, da imprenditori ittici a ristoratori. **La cucina:** di pesce freschissimo, tipica salentina. **I piatti da assaggiare:** il copioso antipasto di mare, le carcasse in pastella, l'aglio, olio e peperoncino con le conchiglie, le patatine al rosmarino in aperitivo. **Il vino:** una carta di 200 etichette →

naturali, biodinamiche e di piccoli produttori. **La compagnia:** in due o in un gruppo di amici, famiglia ristretta. *Sui 65 euro; tel. 0833775336*

BASILICATA

80. Da Peppe (Rotonda, PZ)
Il locale: nel cuore del Parco Nazionale del Pollino, un posto autentico e accogliente. **L'oste:** Flavia, che porta avanti la tradizione di famiglia. **La cucina:** quella del territorio, interpretata anche per le nuove generazioni. **I piatti da assaggiare:** in primis la selezione di formaggi ovocaprini a latte crudo, poi la zuppa di fagioli poverelli bianchi e l'uovo con tartufo del Pollino e salsa di cacio. **Il vino:** il meglio delle cantine lucane. **La compagnia:** soprattutto gli appassionati della zona ma anche turisti italiani. *35 euro; tel. 3454070498*

CALABRIA

81. La Collinetta (Martone, RC)
Il locale: semplice, classico. **L'oste:** Pino Trimboli, che ha l'obiettivo di far conoscere la migliore Calabria del cibo. **La cucina:** parte da prodotti in buona parte usciti dall'azienda agricola del patron, comprese le conserve e i distillati che si possono acquistare. **I piatti da assaggiare:** la parmigiana e la peperonata sono clamorose. Ma anche le trofie allo zafferano di Gerace e le costatine di maialino nero laccato al miele. **Il vino:** come i piatti, sono elencati a voce ma c'è una carta con il top delle etichette calabresi. **La compagnia:** soprattutto locale. *35 euro; lacollinettaristorante.com*

82. U Ricrìju (Siderno, RC)
Il locale: nella nuova sede in campagna si può anche mangiare sotto gli alberi di agrumi. **L'oste:** Francesco Trichilo, appassionato vero della gastronomia calabrese. **La cucina:** custode di antiche usanze, a partire dal pane (buonissimo) impastato con farine di grano antico. **I piatti da assaggiare:** i salumi fatti in casa introducono a una sequenza golosa di maccheroncini con sughi vari, capra alla cardola, polpette all'arancia. **Il vino:** chiedete sempre al patron per una buona etichetta del territorio. **La compagnia:** i frequentatori della Locride. *30 euro; tel. 3899687228*

6

SICILIA

83. Nangalarruni (Castelbuono, PA)
Il locale: niente mare, siamo nella Sicilia delle Madonie, quindi aria di bassa montagna. **L'oste:** Peppe Carollo, noto in tutta la regione. **La cucina:** curata dalla figlia Francesca, saldamente legata alle produzioni locali. **I piatti da assaggiare:** quelli a base di funghi sono il top, ma anche la pasta fatta in casa (magari con un ragù bianco) e il dolce Testa di turco sono ottimi. **Il vino:** non manca niente, a partire da tutto il meglio dell'isola. **La compagnia:** i palermitani, i turisti che amano la cucina siciliana. *45 euro; hostarianangalarruni.it*

84. Me' cumpari Turiddu (Catania)
Il locale: tre posti in uno: il ristorante, una putia per la vendita di prodotti siciliani, un bistrot aperto a pranzo. **L'oste:** Roberta Capizzi, ricercatrice di cose buone in tutta la regione. **La cucina:** guidata da Gianluca Leocata, è di impronta regionale con piccoli aggiustamenti come nello stocco e nelle braciole di carne (che sono spiedini). **I piatti da assaggiare:** spaghetti alla Turiddu e il raro cuscus dolce. **Il vino:** sicilianissimo, chiedete a Giovanni, bravo maître e sommelier. **La compagnia:** tanti giovani e i turisti illuminati. *50 euro; mecumparituriddu.it*

85. Osteria del mare (Licata, AG)
Il locale: informale, con l'immancabile dehors protetto da bianche vele. **L'oste:** Giovanni, Teresa e Vania: sono fautori del pesce «a miglio zero» e lo fanno. **La cucina:** quando un posto si definisce «osteria del mare», basta l'insegna. Ma c'è anche una buona pizza. **I piatti da assaggiare:** crudità di mare con agrumi, insalate tiepide di pesce, classici primi della cucina costiera licatese, fritti di strabiliante leggerezza, filetti di pesce croccante. **Il vino:** puntare sulle produzioni isolane è d'obbligo. **La compagnia:** gente di mare, nel senso che alterna la spiaggia ai tavoli. *45 euro; oasi-osteriadelmare.it*

86. Le Macine (Lipari, ME)
Il locale: sapiente ristrutturazione di una villa eoliana del Settecento, con tanto di macina. Si mangia circondati dal verde. **La cucina:** fortemente isolana: frutta e verdura sono dell'orto di famiglia così come le farine, l'olio e soprattutto il vino, di cui sono tra i maggiori produttori nell'isola, provengono dai loro terreni. **I piatti da assaggiare:** caponata con miele millefiori di Vulcano; maccheroni con verdure e ricotta infornata; pescato del giorno. **Il vino:** obbligatorio chiudere con un bicchierino di Malvasia locale. **La compagnia:** quanti cercano la pace (e il profumo di limoni), lontano dalla costa. *Sui 40 euro; lemacine.org*

87. Glirrerammare (Messina)
Il locale: pochissimi tavoli molto richiesti. **La cucina:** mediterranea con ingredienti freschissimi e menù cantato. **I piatti da assaggiare:** i maccheroni alla Norma. **La compagnia:** gente di mare, spesso in pareo. *Da10 euro; tel. 3519492497*

88. Foresteria Planeta (Menfi, AG) **Il locale:** un unico tavolo conviviale nella sala da pranzo in stile siciliano, tanti tavoli nella veranda sul giardino di aromi, con il mare sullo sfondo. **L'oste:** la famiglia Planeta affida i fornelli al monsù Angelo Pumilia. **La cucina:** le ricette storiche di casa Planeta interpretate con gusto contemporaneo (vale a dire condimenti e zuccheri alleggeriti). **I piatti da assaggiare:** il timballo di anelletti al ragù, la cassata a dolcezza dimezzata, appunto. **Il vino:** quello delle cantine di famiglia. **La compagnia:** amanti delle cose buone di una volta. *Menù degustazione da 80 euro; planetaestate.it*

89. Buatta (Palermo)
Il locale: osteria contemporanea, ma dall'anima popolare. Più curata dentro, ma cercate un tavolo nella via. Più antica di Palermo. **L'oste:** Stefania Milano e Franco Virga, capaci e di grande empatia. **La cucina:** palermitana in tutto il repertorio, che Fabio Cardilio conosce alla perfezione. **I piatti da assaggiare:** tanti sono «mangiari di strada» messi in un piatto, ma poi ci sono i ravioli di ricotta al quinto quarto e il baccalà cotto a bassa temperatura. **Il vino:** cantina essenziale, ben curata da Roberto de Simone. **La compagnia:** molti giovani, tanti palermitani, gourmet italiani. *40 euro; buattapalermo.it*

90. Corona Trattoria (Palermo)
Il locale: semplice, conviviale ma senza eccessi. **L'oste:** Gianni Corona, molto noto in città, con due aiutanti di valore quali la moglie Angela e il figlio Orazio che cura la cantina. **La cucina:** genuina, super stagionale e basata in gran parte sul pescato. **I piatti da assaggiare:** iniziate

sempre con il «misto» caldo, poi la margherita con l'anciova e l'involtino di spatola. **Il vino:** in cantina c'è tanta «roba» buona, birre artigianali comprese. **La compagnia:** i palermitani che amano (e conoscono) il pesce. *40 euro; coronatrattoria.it*

91. DoBa Restaurant (Palermo)
Il locale: proprio davanti al Teatro Massimo, ha una terrazza con vista spettacolare sulla città. **La cucina:** siciliana rivisitata dallo chef Domenico Basile. **I piatti da assaggiare:** la classica insalatina siciliana con sgombro panato, finocchio stufato all'arancia, polvere di sommacco e olio all'aneto. *70 euro; dobarestaurant.it*

92. Il Principe e il Pirata (Pantelleria, TP)
Il locale: un dammuso fra Cala Gadir e l'Arco dell'Elefante, due delle spiagge più belle dell'isola. **L'oste:** scappati da una grande città, ritornati alle origini. **La cucina:** tipica pantesca, quindi di terra, ma il pesce è il vero protagonista. **I piatti da assaggiare:** il cous cous, i ravioli di ricotta e mentuccia con riccio di mare e polvere di caffè. **La compagnia:** informale. *50 euro; ilprincipeeilpirata.it*

93. Cucina e Vino (Ragusa)
Il locale: una bella taverna, a pochi passi dallo splendido Duomo barocco. **L'oste:** la famiglia Cilia, presente in forze con Salvatore ad ospitare e la moglie Imma ad aiutare il figlio Giovanni ai fornelli. **La cucina:** sui prodotti iblei e il pesce del mare ragusano. Territorio e tradizione senza pregiudizi. **I piatti da assaggiare:** imperdibile la caponata di melanzane, eccellenti il tortino di Ragusano e i tagliolini di pasta fresca con ragù di asino. **Il vino:** la passione vera di Beppe. **La compagnia:** i fedeli ma anche i visitatori di Ibla, ben consigliati. *50 euro; osteriacucinaevino.com*

94. Cantina Siciliana (Trapani)
Il locale: splendido, pare un museo con ceramiche, pupi, oggetti di antiquariato. **L'oste:** l'inossidabile Pino Maggiore, sulla breccia da 45 anni. **La cucina:** quella tipica della tradizione marinara trapanese, con un menù che cambia spesso. **I piatti da assaggiare:** due iconici sempre presenti, il cuscusu trapanese e le frascatole in brodo di pesce. **Il vino:** puntate diretti sui bianchi siciliani. **La compagnia:** varia e divertente, con tanti trapanesi. *35 euro; tel. 092328673*

SARDEGNA

95. Terrazza Frades (Abbiadori, SS)
Il locale: spettacolare, con la vista su Cala di Volpe, e colori da cartolina. **L'oste:** i tre simpatici frades Fabio, Roberto e Valerio Paddeu. **La cucina:** sarda con un approccio moderno. **I piatti da assaggiare:** dai culurgiones alla fregula è una sequenza di sapori forse meno tipici del solito ma sempre gradevoli. **Il vino:** sarebbe un mezzo delitto non farsi consigliare un'etichetta sarda. **La compagnia:** modaiola, senza esagerare (sennò stava in piazzetta a Porto Cervo). *Da 60 euro; frades.eu*

96. Ovile Bertarelli (Baunei, NU)
Il locale: un agriturismo sul Supramonte, recuperato da un gruppo di giovani con recinti per gli animali. Si arriva su uno sterrato di qualche chilometro, ma si può anche chiedere il passaggio in jeep alla prenotazione (obbligatoria). **La cucina:** menù fisso con ricette sarde di terra e ingredienti prodotti sul posto: ortaggi, salumi, formaggi, conserve. **I piatti da assaggiare:** i culurgiones (indimenticabili) e il maialino cotto nel camino. **Il vino:** c'è solo un rosso della casa, un cannonau servito freddo, come da tradizione. **La compagnia:** piccoli gruppi di amici e famiglie. *40 euro; tel. 3883635356*

97. Il Cerchio Rosso (Cagliari)
Il locale: in una piazzetta tranquilla nel centro di Cagliari, con i tavolini fuori. **La cucina:** di mare e di terra, contemporanea. **I piatti da assaggiare:** le tartare di pesce e gli antipasti in generale. Per provare un po' di tutto prendete le «mezze porzioni». **I vini:** sono specializzati in vini naturali, lasciatevi consigliare. **La compagnia:** soprattutto giovani amanti della buona cucina. *Sui 40 euro; tel. 3408934809*

98. Locanda Buoni e Cattivi (Cagliari)
Il locale: accogliente e rilassante, ha il merito di seguire un progetto di una Onlus per inserire nello staff anche ragazzi problematici. Cercate un posto nella bella veranda. **La cucina:** si basa su prodotti ricercati nell'intera Sardegna, spesso da piccole cooperative sociali, per restare in tema. Pane e pasta sono della casa. **I piatti da assaggiare:** polpettine fritte di gattuccio e patate, risotto con le seppie morbide, costine di agnello alle erbe. **Il vino:** qualche buona etichetta sarda, non chiedete di più. **La compagnia:** varia, attenta anche al valore del progetto. *40 euro; tel. 3454419347*

99. Quattro Passi al Pescatore (Porto Cervo, SS)
Il locale: fa la storia di Porto Cervo dagli anni Sessanta, primo e unico pieds dans l'eau della località. Oggi è guidato a distanza da Tonino Mellino, lo chef-patron del Quattro Passi a Nerano. **La cucina:** raffinata, con spirito mediterraneo e pochissimi richiami alla Sardegna. **I piatti da assaggiare:** le linguine alla Nerano sono buonissime anche qui, e i crudi di pesce sono infallibili anche quando entrano in ricette complesse. **Il vino:** cantina classica, senza paletti e frontiere. **La compagnia:** diportisti, ma non solo. *70 euro per il percorso in condivisione; alpescatoreportocervo.com*

100. Fradis Minoris (Pula, CA)
Il locale: in posizione unica, affacciato sulla laguna di Nora. Panorama fantastico dalle grandi vetrate e sulla terrazza. **L'oste:** Francesco Stara, anche cuoco, tornato nella sua isola dopo esperienze importanti con la voglia di esaltarne le bontà, con classe e un tocco autoriale. **La cucina:** di mare, di laguna e vegetale. Tutto rigorosamente sardo. **I piatti da assaggiare:** orata, aglio, prezzemolo; culurgiones, caglio e Cannonau; finocchio, pompia e albicocca. **Il vino:** buono ma scontato, si va di Vermentino in primis. **La compagnia:** viaggiatori gourmet, non si viene qui per caso. *100 euro per le degustazioni; fradisminoris.it*

HA COLLABORATO
MAURIZIO BERTERA

Inquadrate il QR code per altri suggerimenti sul nostro sito.

TORTELLI DI RICOTTA, SPINACI E BURRO D'ALPEGGIO

IN ALTO I SAPORI

A Courmayeur, la montagna è nel paesaggio e nel cibo. Come il pesce di acqua dolce che lo chef Nicola Ricciardi all'Auberge de La Maison affumica con legno di betulla

RICETTE **NICOLA RICCIARDI**
TESTI **LAURA FORTI**, FOTO **BEATRICE PILOTTO**

Pausa all'aperto durante il servizio nei prati intorno a L'Auberge de La Maison di Courmayeur.

SALMONE AL FUMO,
MISTICANZA
E CREMA DI AVOCADO

MERINGA, MOUSSE ALLO YOGURT E SALSA DI FRAGOLE E MENTA

Sopra, Alessandra Garin, terza generazione di albergatori all'Auberge de La Maison di Courmayeur, con il suo barboncino Ginepro. Accanto, il Gelato Auberge, preparato secondo una vecchia ricetta di famiglia «segreta».

TORTELLI DI RICOTTA, SPINACI E BURRO D'ALPEGGIO

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 3 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

PER LA PASTA
- 275 g tuorli
- 100 g farina Manitoba
- 100 g semola rimacinata di grano duro
- 100 g farina di segale

PER IL RIPIENO
- 250 g ricotta di latte vaccino
- 100 g spinaci novelli
- 1 tuorlo
- Parmigiano Reggiano Dop 24 mesi
- burro d'alpeggio
- noce moscata
- sale – pepe

PER LA PASTA
Miscelate tra loro le farine, disponetele a fontana, ponete i tuorli al centro e impastate fino a ottenere un panetto liscio e omogeneo. Formate una palla e lasciatela riposare avvolta nella pellicola, in frigorifero, per 3 ore.
PER IL RIPIENO E PER I TORTELLI
Scottate gli spinaci in una padella con una noce di burro, sgocciolateli e tritateli finemente.
Lavorate la ricotta in una ciotola, incorporate gli spinaci, 50 g parmigiano, il tuorlo, un pizzico di noce moscata, sale e pepe. Mescolate finché gli ingredienti non saranno amalgamati in un composto cremoso. Raccoglietelo in una tasca da pasticciere.
Stendete la pasta a circa 2-3 mm di spessore. Spennellate le sfoglie con un po' di acqua e disponete il ripieno sulla sfoglia, in piccole noci. Richiudete la pasta, tagliate i ravioli a mezzaluna, poi chiudeteli a tortello.
Cuocete i ravioli in acqua bollente salata per circa 4 minuti.
Scaldate una grossa noce di burro in un'ampia padella; saltatevi i ravioli, appena scolati, aggiungendo 2 cucchiai di parmigiano e pepe; decorate a piacere con erbe aromatiche e fiori eduli.

SALMONE AL FUMO, MISTICANZA E CREMA DI AVOCADO

Impegno Facile
Tempo 40 minuti più 48 ore di riposo
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER IL SALMONE
- 400 g sale grosso
- 300 g segatura di betulla alpina
- 300 g filetto di salmone fresco
- 200 g zucchero
- 4 fogli di alga nori
- 4 scorze di arancia
- 4 scorze di limone
- 4 grani di pepe Timut
- 2 rametti di timo
- 2 rametti di maggiorana

PER LA CREMA DI AVOCADO
- 130 g polpa di avocado
- ½ lime
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

PER L'INSALATA
- 100 g misticanza
- olio extravergine di oliva
- limone
- coriandolo fresco

PER IL SALMONE
Ponete il salmone in una pirofila, conditelo con un misto di sale, zucchero, scorze di agrumi, pepe ed erbe aromatiche. Lasciatelo marinare per circa 24 ore.
Rimuovete infine il sale in eccesso e affumicate il salmone con la segatura di betulla per circa 15 minuti.
Adagiate le alghe nori sul salmone e chiudetelo in un sacchetto sottovuoto.
Lasciatelo riposare così per 24 ore.
PER LA CREMA DI AVOCADO
Frullate l'avocado con il succo del lime e 20 g di olio, sale e pepe. Lasciatela riposare in frigo per 1 ora.
PER L'INSALATA
Condite l'insalata con olio e limone.
Tagliate il salmone a fette e disponetele nei piatti; completate con l'insalata e la crema di avocado, foglie di coriandolo e un filo di olio.

MERINGA, MOUSSE ALLO YOGURT E SALSA DI FRAGOLE E MENTA

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
più 2 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **150 g yogurt intero alpino**
- **150 g panna fresca di montagna**
- **40 g zucchero a velo**
- **4 meringhe**
- **limone**

PER LA SALSA DI FRAGOLE
- **150 g fragole fresche**
- **40 g zucchero a velo**
- **foglie di menta fresca**

Versate lo yogurt in una ciotola e mescolatelo delicatamente con a panna, lo zucchero a velo e il succo di mezzo limone. Quando saranno bene amalgamati passate al colino e trasferite il composto in un sifone. In alternativa, senza il sifone, montate la panna con la frusta e incorporatela allo yogurt, già mescolato con gli altri ingredienti.

PER LA SALSA ALLE FRAGOLE
Frullate le fragole con lo zucchero, qualche foglia di menta e lasciate riposare per 2 ore in frigorifero.
Distribuite la salsa nei piatti, adagiatevi le meringhe, dopo averle farcite con la mousse di yogurt.
Decorate a piacere con polvere di lamponi essiccati, frutti di bosco e petali di fiori.

Sopra, Esterina , nonna di Alessandra Garin, alla Maison de Filippo, ristorante di Courmayeur fondato con il nonno Filippo. In alto, Esterina si prende cura degli ospiti alla Locanda Belvedere, locale gestito dai Garin, prima della Maison.

QUESTO HOTEL SARÀ LA VOSTRA CASA TRA I MONTI

L'**Auberge de La Maison** di Courmayeur è un punto di riferimento dell'ospitalità valdostana. Aperto nel 1996 da Leo e Patrizia Garin e condotto oggi dalla figlia Alessandra, è il punto di arrivo di una storia familiare cominciata nel primo dopoguerra dai nonni Filippo ed Esterina. Un importante capitolo è stato scritto alla Maison de Filippo, il locale della famiglia Garin, prima dell'Auberge (oggi non appartiene più a loro), dove sfilarono negli anni teste coronate, personalità politiche, cantanti, attori, sportivi, alpinisti. L'Auberge de La Maison nasce come «capitolo seguente», e arriva a conquistare i massimi livelli (ha appena guadagnato le cinque stelle e ha da poco inaugurato le Maisons de L'Auberge, due piccole estensioni più intime e raccolte, accanto all'hotel). La **cucina** è affidata allo chef Nicola Ricciardi, che sa interpretare la sincerità dei sapori su cui si fonda l'idea gastronomica della famiglia Garin: prodotti del posto, piatti semplici, legati alle usanze valdostane ma in evoluzione, alla ricerca costante di abbinamenti e idee nuovi. In queste pagine, trovate i due simboli della loro cucina: il **Gelato Auberge**, ancora oggi servito all'hotel, un omaggio ai ricordi d'infanzia; nato mezzo secolo fa, la sua ricetta è segreta e si prepara rigorosamente con ingredienti di montagna: latte, panna, miele... completati con cioccolato fuso e frutti di bosco oppure, in stagione, castagne. Il **cestino**, invece, è nato durante la pandemia per poter mangiare in due all'aperto e veniva consegnato ai clienti in giardino grazie a una carrucola installata dalle Guide Alpine di Courmayeur.

Per una sostanziosa merenda nel prato dell'Auberge o per un picnic, gli ospiti possono chiedere il cestino; all'interno troveranno salumi e formaggi tipici, pane fatto in casa, conserve e latte di montagna, succo di mela, frutta fresca.

DI **SARA TIENI**, FOTO **GIACOMO BRETZEL**

A CENA DAL MONSÙ

A Taormina sulle tracce dei monsù, da «monsieur», i cuochi francesi in voga nel Sud in età borbonica. Tra nobili fasti, terrazze letterarie e le granite che piacciono a Fiorello. Assaggiando (e raccogliendo) vongole a cinque stelle

La baia di Mazzarò, sul Mar Ionio, e l'omonima spiaggia su cui si affaccia l'Isola Bella; questa parte di litorale è un parco marino. Da qui si può prendere una funicolare che porta a Taormina, adagiata su una terrazza del Monte Tauro, a 206 metri sul livello del mare.

Uno scorcio del centro storico di Taormina. Nella pagina accanto, uno dei piatti firma del ristorante Otto Geleng: risotto cacio e pepe, con «sfoglia» di seppia dello chef Roberto Toro.

Sopra, da sinistra, un allevatore di vongole a Ganzirri, a nord di Messina: la visita dell'allevamento è tra le esperienze offerte dal Timeo. La minestra di pasta con i tenerumi (foglie e germogli della zucchina lunga) ai frutti di mare, rivisitazione di un piatto di fine Ottocento del Grand Hotel Timeo ripreso dallo chef Roberto Toro per i 150 anni dalla fondazione. Granite e brioche col tuppo servite sui tavoli in maiolica del celebre Bam Bar, nel centro di Taormina. La brigata del Timeo al completo posa sulla terrazza del Ristorante Timeo, una delle cinque offerte gastronomiche dell'hotel. Seduto al centro, Roberto Toro. Nella pagina accanto, colazione al Timeo con specialità del posto e vista sulla baia di Giardini Naxos.

«E infine Taormina, paradiso terrestre su un mare mormorante, isola di profumi e fiori tra le rocce, luci sul mare, l'Etna rutilante», riassume così il drammaturgo polacco Karel Čapek ai primi del Novecento il fascino di questa cittadina che fu tappa del Grand Tour settecentesco e ancora oggi è un'icona del turismo internazionale. Adagiata su una terrazza del Monte Tauro, ha tutto per sembrare un set cinematografico: il teatro greco, i palazzi barocchi, i panorami sullo Ionio e una perenne aria di festa che mescola atmosfere pop e glamour.

Ci arrivo in tarda mattinata e un muro di turisti americani mi blocca la visuale. È l'effetto *The White Lotus,* la serie del regista Mike White incentrata sulla vita in un resort di lusso, la cui seconda stagione è stata in parte girata qui. Superata la cortina di visitatori a piedi (le auto non sono ammesse nel centro storico), vedo la mia meta, l'ingresso, velato da un pergolato di buganvillea, del Grand Hotel Timeo (*belmond.com*), il primo albergo di Taormina, che compie 150 anni. Nel 1863 il pittore prussiano Otto Geleng dimorò presso la villa di Don Francesco La Floresta e le sue vedute dei dintorni attirarono qui artisti da tutta Europa. Si decise poi di trasformare la dimora nel Grand Hotel Timeo, unico per molti dettagli. Primo su tutti l'accesso privato al teatro greco del III secolo a.C. che ospita, oltre a spettacoli operistici, il celebre Taormina Film Fest. Da Audrey Hepburn a Nicole Kidman, tutta Hollywood è passata di qui.

In cucina c'è Roberto Toro, executive chef dei cinque locali della struttura tra cui il Ristorante Timeo e lo stellato Otto Geleng. Entrambi sono affacciati sui giardini un tempo di proprietà di lady Florence Trevelyan che riparò in Sicilia allontanata per uno scandalo dalla Regina Vittoria. Appassionata di botanica, acquistò terreni lungo il pendio del monte e trasformò lo scoglio di Santo Stefano nell'Isola Bella. Dalla terrazza «gastronomica» del Timeo si vedono l'Etna, coperto di neve fino a giugno, e la Baia di Giardini Naxos. Un luogo amato da molti scrittori, da D. H. Lawrence a Truman Capote e Tennessee Williams, dove sono sbocciati anche diversi capolavori e per questo conosciuta come «terrazza letteraria». Qui si viene per un Etna spritz al bar Timeo per poi proseguire con la cena a uno degli otto tavoli dell'Otto Geleng, vestiti da tovaglie che si rifanno agli antichi corredi siciliani. Per questo anniversario Roberto Toro ha reinterpretato un menù della casa del XIX secolo: «C'è la minestra di pasta, un tempo potage, con i tenerumi e i frutti di mare ma anche la quaglia ripiena alla beccafico, che in origine era un poulet, infine un sorbetto al limone che rievoca la forma dell'agrume, fatto con i limoni del Timeo. Le primizie arrivano dal nostro orto», continua lo chef, che poi evoca i fasti dei *monsù,* dal francese *monsieur,* e cioè i cuochi francesi che le famiglie siciliane avevano adottato come segno di prestigio durante l'epoca borbonica. Si brinda con un raro rosso dell'Etna della cantina Pietradolce, con etichette dipinte dall'artista Alessandro Florio (le sue opere sono in mostra alla Casa del Cinema a Taormina fino alla fine di agosto). Lo stesso menù sarà proposto anche tra i campi di grano di Susafa nella masseria di Manfredi Rizzuto e nella riserva di Vendicari dopo una visita alla tonnara.

Portata in «calessino», l'apecar d'epoca del Timeo, ammiro il panorama sulla baia di Mazzarò e dopo qualche curva mi fermo all'Antico Caffè San Giorgio (*barsangiorgio.com*), al borgo di Castelmola, uno dei più belli d'Italia. Qui si viene per il vino alla mandorla, servito dal proprietario, Pancrazio Intelisano, con le *piparelle,* biscotti secchi con mandorle, cannella e cioccolato. A base di uve zibibbo e malvasia, è un vino arricchito con infusi alcolici di mandorle amare, agrumi e erbe, ideato nel 1907 dall'allora titolare, don Vincenzo Blandano.

Tornando in città, tappa obbligatoria per una deliziosa granita al Bam Bar (*bambar.it*), altra istituzione locale. Il merito è anche della simpatia di Saro (detto Saretto) che serve le sue specialità con panna montata al momento e soffici brioche col tuppo del vicino panificio. Qui, oltre alla coda di turisti, non è raro trovare Rosario Fiorello che «una volta si è anche improvvisato cassiere», ci racconta Saro, che elenca i gusti in ventitré lingue compreso il turco, e ha stregato anche Antonio Banderas e Matt Dillon.

A due passi si scorge la bottega variopinta di Maria Carla e di sua sorella Tina Managò (*manago.it*); sugli scaffali un caleidoscopio di ceramiche di Caltagirone, Palermo, Santo Stefano e Sciacca di più di venti artigiani selezionati in quarantadue anni di attività. Si va dalle opere dei grandi maestri ceramisti a quelle di artisti etnei emergenti. Un classico? Le pigne, «segno di buona sorte», e le teste, favolistico retaggio del passato, «una leggenda ripresa anche da Boccaccio ispirata all'amore tragico tra una siciliana e un arabo».

Scendendo al mare, davanti ai giardini di Taormina c'è Andreas Restaurant (*andreasrestaurant.it*), un pezzo di storia culinaria della città; in cucina lo chef austriaco Andreas Zangerl, che per amore di Tania, siciliana doc, non ha più lasciato l'isola. Primo a portare la stella Michelin a Taormina, nel 2007, gestisce oggi un raccolto bistrot di fronte ai giardini comunali. «Il mio mantra? Tre parole: materia prima, semplicità e tecnica». Corredato da una cantina eccellente, il menù offre il pescato freschissimo di Giorgio Marotta, tanta tradizione e tocchi fusion ben dosati. Il crudo di mare con sali esotici ne è un esempio, mentre lo strudel, incredibile, tradisce le origini del cuoco (è «una ricetta di famiglia di quattrocento anni»).

Non lasciate Taormina senza un giro nei dintorni. Prima sosta alla Trattoria Da Nino (*trattoriadaninotaormina.com*) a Letojanni, dove la famiglia Ardizzone da tre generazioni fa una cucina di mare familiare e prelibata. La cuoca, Maria Ardizzone, conquista con parmigiana e caponata di pesce spada. All'interno, verso le gole di Alcantara, un tesoro nascosto: il collettivo di casalinghe locali. Su prenotazione tengono corsi di cucina in una deliziosa casa a Motta Camastra, dove Francis Ford Coppola ambientò alcune scene di *Il padrino*. Oggi ci sono «Le mamme del borgo», ristorante diffuso che mira a «integrare con l'ospitalità». Si chiacchiera e si impara a fare i maccheroni al ferretto, le polpette cotte tra foglie di limone e le tortelle, dolcetti che ricordano i baci panteschi per bellezza e bontà.

Da lì tornate verso il mare, a Ganzirri, un borgo marinaro a nord di Messina dove c'è un lago che si formò quando gli inglesi aprirono dei canali dal mare verso gli acquitrini interni. Iniziò così un allevamento di molluschi pregiati, ancora artigianale dopo oltre due secoli. Le vongole sono raccolte a mano con i coppi, i caratteristici rastrelli dei *cocciulari*, che si tramandano l'arte di generazione in generazione. Volete partecipare alla raccolta? Il Grand Hotel Timeo offre la possibilità di fare questa esperienza. A guidarci è Lillo Mangraviti, vicepresidente del consorzio dei pescatori locali. Poi, lui e la moglie ci accolgono a casa per gustare insieme le vongole sulla loro terrazza. In tavola portano anche braciole di pesce spada e arriva pure una zia, con i cannoli. Lillo mescola leggenda e realtà come in un racconto di Hemingway. Ci narra dei segnali misteriosi e silenziosi che si danno i pescatori, della cardata – le incisioni a coltello sulla testa del pesce una volta catturato – atavico simbolo di rispetto di fronte a un gigante del mare. ■

Sopra, crudi di mare serviti con tre sali esotici in carta da Andreas Restaurant e un ritratto dello chef di origine austriaca Andreas Zangerl; primo a ottenere una stella Michelin a Taormina, propone una raffinata cucina di territorio nel suo bistrot in centro città. Sotto, le sorelle Maria Carla e Tina Managò, titolari di due celebri botteghe del centro, selezionano artigiani da tutta la Sicilia; vengono da qui alcune creazioni personalizzate per il Grand Hotel Timeo e per altre rinomate strutture della zona. Per la prima colazione il Timeo propone anche una selezione di ricotte, formaggi e salumi di produttori locali.

La borsa
dell'estate
di
VOGUE ITALIA
rivista + borsa
a 9.90€
FOTO DI SILVIA TORTAJADA
VOGUE
VOGUE
VOGUE

LA SCUOLA

LA CUCINA ITALIANA

LE TECNICHE

TRASFORMARE LA FRUTTA

In marmellate, confetture, composte...: cambiano solo i tempi di cottura e la dose di zucchero

RICETTE **JOËLLE NÉDERLANTS**, TESTI **LAURA FORTI**, FOTO **RICCARDO LETTIERI**

CONFETTURA

di pesche o di qualunque altro frutto

IMPEGNO FACILE
TEMPO 50 MINUTI
PIÙ 4 ORE DI RIPOSO
PER 900 G
DI CONFETTURA

1 kg pesche
500 g zucchero
1 lime – 1 mela

COME SI CONSERVA
Distribuite la confettura, ancora bollente, in vasetti di vetro sterilizzati. Chiudeteli e fateli raffreddare capovolti. Si conservano per 1-2 mesi.

Sbucciate le pesche e la mela e tagliatele a pezzetti. Raccoglieteli in una ciotola, con lo zucchero, la scorza grattugiata e il succo del lime. Lasciateli riposare coperti per 2-3 ore. Trasferite tutto in una casseruola larga (l'acqua evapora più in fretta e la frutta rimane più integra) sul fuoco basso. Cuocete per circa 40 minuti eliminando la schiuma che si forma in superficie. Frullate infine con il mixer a immersione, parzialmente o totalmente, secondo la consistenza che desiderate.

MARMELLATA

di limoni o di altri agrumi

IMPEGNO FACILE
TEMPO 1 ORA
PER 700 G
DI MARMELLATA

1 kg 4 limoni biologici
300 g zucchero

COME SI CONSERVA
Distribuite la marmellata, ancora bollente, in vasetti di vetro sterilizzati. Chiudeteli e fateli raffreddare capovolti. Si conservano per 1-2 mesi.

Eliminate le calotte dei limoni, tagliateli a fette e togliete i semi. Raccoglieteli in una casseruola, copriteli di acqua e portate a bollore; eliminate l'acqua e ripetete questa operazione per altre 2 volte. Scolate infine i limoni e rimetteteli in casseruola con lo zucchero e 200 g di acqua. Portate a bollore e cuocete per circa 35 minuti. Riducete poi i limoni in un battuto tritandoli con il coltello oppure frullateli con il mixer. Se ci fosse ancora troppo liquido, cuocete la marmellata per altri 10 minuti.

frutta
DA 20%

frutta
DA 65%

COMPOSTA

di prugne o altri frutti, cotti velocemente

IMPEGNO FACILE
TEMPO 25 MINUTI
PER 700 G DI COMPOSTA

1 kg prugne
150 g zucchero

COME SI CONSERVA
Da consumare al momento, la composta si mantiene in frigo per un paio di giorni, chiusa in un vasetto.

Mondate le prugne eliminando i noccioli. Tagliatele a pezzetti e raccoglieteli in una casseruola larga (un rondò o un tegame), in modo da favorire l'evaporazione dell'acqua e cuocere meno la frutta per conservarne più intatti il sapore e le qualità nutritive. Aggiungete lo zucchero e cuocete per 15 minuti circa.

GELATINA

di ribes, ottenuta dal succo dei frutti

IMPEGNO FACILE
TEMPO 1 ORA PIÙ 2 ORE DI RIPOSO
PER 800 G DI GELATINA

1 kg ribes
400 g zucchero
15 g pectina

COME SI CONSERVA
Distribuite la gelatina, ancora bollente, in vasetti di vetro sterilizzati. Chiudeteli e fateli raffreddare capovolti. Si conservano per 1-2 mesi.

Sgranate i ribes e raccoglieteli in una ciotola con lo zucchero mescolato con la pectina. Lasciateli riposare per 2 ore, in modo che comincino a rilasciare il succo. Poi trasferite tutto in una casseruola e cuocete per 20 minuti. Passate quindi al setaccio, schiacciando i frutti per estrarne tutto il succo ed eliminare bucce, semi ed eventuali resti di raspi. Cuocete infine la gelatina per altri 15 minuti.

Trovate approfondimenti e altri consigli su lacucinaitaliana.it

frutta
DA 35%

COSÌ SEMBRA DI MANGIARE IN RIVA AL MARE

Una zuppa con ben cinque tipi di conchiglie, più il sugo: ce l'abbiamo fatta grazie a un piano cottura a induzione, usando ogni punto della superficie

RICETTA **CRESCENZO MORLANDO**, TESTI **ANGELA ODONE**, FOTO **GUIDO BARBAGELATA**, STYLING **BEATRICE PRADA**

Zuppa di conchiglie

IMPEGNO MEDIO

TEMPO 1 ORA PIÙ 12 ORE DI RIPOSO

PER 8-10 PERSONE

1 kg vongole veraci
1 kg cozze
1 kg sale grosso
1 kg pomodorini rossi
500 g pomodorini gialli
500 g fasolari
500 g tartufi di mare
8-10 ostriche – prezzemolo
peperoncino fresco
aglio – pane casareccio
vino bianco

Mettete a bagno in ciotole separate le vongole e i tartufi di mare per 12 ore, cambiando spesso l'acqua. Spazzolate poi i tartufi di mare. Sciacquate le cozze; togliete il filamento (bisso): per staccarlo completamente, tiratelo verso la parte tondeggiante della conchiglia; raccoglietele in una ciotola con il sale grosso e sfregatele tra loro per pulire i gusci, infine sciacquatele. Tagliate a metà i pomodorini e metteteli in una padella con un filo di olio, 1 spicchio di aglio, gambi di prezzemolo, peperoncino. Fate aprire le vongole in casseruola con 1 spicchio di aglio, gambi di prezzemolo e uno spruzzo di vino. Fate lo stesso con fasolari, tartufi di mare e cozze. Coprite e dopo 2-3 minuti spegnete. Filtrate l'acqua delle conchiglie. Tostate le fette di pane unte di olio. Riunite nella padella dei pomodori le conchiglie e 1-2 mestoli di acqua filtrata. Fate insaporire per 1 minuto. Aprite le ostriche. Servite la zuppa con il pane e completate ogni piatto con 1 ostrica.

PIANO COTTURA FRANKE FMY 808 I FP BK

Un piano a induzione della gamma Mythos con potenza regolabile da 2,5 a 7,4 KW. Con finitura in vetro di colore nero, presenta 8 zone di calore e zona Flex Pro per cuocere su una superficie completamente flessibile con pentole di tutte le forme e dimensioni. È comandabile elettronicamente tramite un doppio display LCD touch control e dispone della speciale funzione Cookassist con ben 63 ricette automatiche. Le sue dimensioni sono 77x51 cm ed è installabile a incasso o filotop.
franke.com

PRONTI, SI FRIGGE!

E cioè si rende tutto più ghiotto. Ma a patto di farlo come si deve: Emanuele Ferrari, volto noto dei social, appassionato di cucina e grande esploratore dei sapori regionali, ha fritto con i nostri consigli queste irresistibili polpettine calabresi

Fondo di carta da parati collezione Flora Ready Roll di **Jannelli&Volpi**.

RICETTA **SARA FOSCHINI**, TESTI **LAURA FORTI**, FOTO **VALENTINA SOMMARIVA**, STYLING **CAMILLA GIACINTI**

Emanuele Ferrari
Per gli amici Emi, ha 26 anni ed è un creatore di contenuti digitali. Su Instagram racconta la sua vita a colori, la passione per il cibo italiano e l'amore per la famiglia, in particolare per la sua bisnonna Maria, di quasi 102 anni. È proprio grazie a questo legame speciale e alla passione condivisa per l'orto e la buona tavola che Emi ha iniziato a esplorare le cucine tradizionali e locali cercando di raccontarle in chiave accessibile e moderna attraverso i propri social media. La passione per i piatti dell'Emilia, poi, dove Emanuele si è trasferito dal nativo Piemonte, l'ha spinto a scoprire le tradizioni delle altre regioni d'Italia, cui dedica un format specifico. Ha seguito un corso di cucina ed è desideroso di imparare tecniche, trucchi e segreti.

Vrasciole calabresi

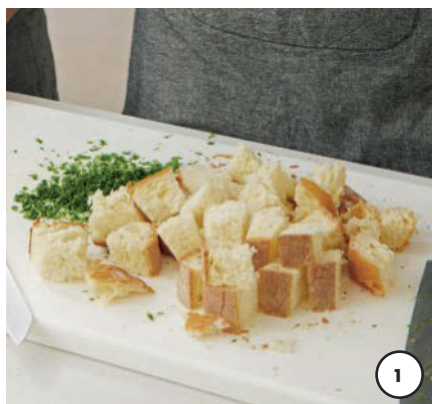
IMPEGNO MEDIO
TEMPO 1 ORA
INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g polpa di manzo macinata
130 g pane casareccio
50 g pecorino grattugiato
40 g Parmigiano Reggiano Dop grattugiato
2 uova – 1 spicchio di aglio
prezzemolo – latte
olio di arachide
sale – pepe

Sbucciate l'aglio e pulite un ciuffo di prezzemolo. Tritate entrambi molto finemente. Tagliate il pane a cubotti (1); meglio ancora se ne sceglíete uno un po' raffermo: in questo modo potrete riutilizzare un eventuale avanzo. E non c'è bisogno di eliminare la crosta. Bagnatelo con tanto latte quanto basta ad ammorbidirlo senza disfarlo troppo, e lasciatelo riposare per qualche minuto. Aggiungete il prezzemolo e l'aglio alla carne (2), poi incorporate le uova. Attenzione: è buona norma rompere un uovo per volta (3) in una ciotolina e poi versarlo nella carne: in questo modo, se uno non fosse buono, potete scartarlo con facilità. Unite i formaggi grattugiati (4) e, infine, il pane leggermente strizzato, sale e pepe. Impastate con le mani finché gli ingredienti non si saranno amalgamati. Formate poi circa 40 piccole polpettine affusolate (5). Scaldate l'olio a 180 °C e friggetevi le polpettine, poche per volta. Quando saranno dorate, scolatele su carta da cucina (6) e servitele subito.

CONSIGLI UTILISSIMI

La frittura è un'operazione non così semplice come appare. Per essere sicuri che l'olio sia alla giusta temperatura, potete utilizzare un termometro oppure immergervi uno stecco da spiedo di legno: se si formano bollicine intorno, l'olio è alla giusta temperatura. Friggete poche polpette per volta, per non abbassare troppo la temperatura del grasso e ottenere così un fritto croccante e asciutto.

Scoprite l'intervista completa su *lacucinaitaliana.it* e il video sui nostri social.

IL MEGLIO AL MERCATO

Ecco cosa scegliere ora al massimo del gusto e delle proprietà. Fotografate la lista e portatela con voi quando fate la spesa: guadagnerete in bontà e in convenienza

NEL MAR MEDITERRANEO

TUTTO L'ANNO

CEFALO
NASELLO
OCCHIATA
PAGELLO
PESCATRICE
ROMBO
SCIABOLA

SCORFANO
SGOMBRO
MORMORA
ZERRO
SUGARELLO
SAN PIETRO

IN ESTATE

IL PAESE DELLE RARITÀ

PIATTELLA CANAVESANA DI CORTEREGGIO
È un fagiolo piatto e bianco, dalla forma di «rene», che cresce nei terreni ricchi di acqua vicino al torrente Orco, in provincia di Torino. È caratterizzato da una buccia molto sottile e tradizionalmente veniva cotto in pignatte nel forno, con maiale e cipolla.

PANE DI SORC
Tipico di Gemona del Friuli, è preparato con tre farine: di frumento, segale e «cinquantino», un mais particolare chiamato *sorc*, con l'aggiunta di uvetta e aromi. È una pagnotta tonda, dalla crosta scura e dalla mollica gialla, consumata sia come dolce sia coi salumi.

ANICE VERDE DI CASTIGNANO
La coltivazione di anice, alla base del tipico liquore Mistrà, è diffusa fin dall'antichità nelle Marche. Questo particolare ecotipo di anice verde è particolarmente ricco di anetolo, che lo rende più profumato e dolce di altre varietà. È ancora oggi utilizzato per liquori e confetti.

PAPACCELLA NAPOLETANA
Sono peperoni piccoli (al massimo 8-10 cm di diametro), di tutti i colori, tipici dei mesi estivi. Hanno una forma un po' schiacciata, ma il loro tratto distintivo è la particolare dolcezza della polpa, che li rende adatti per le tradizionali conserve sott'aceto o sott'olio.

FOTO AG. GETTY IMAGES, AG 123RF, ARCH. LCI, ARCH. SLOW FOOD

IN DISPENSA

1. L'**Olio Toscano Igp** è una delle eccellenze italiane più apprezzate: di colore verde, da novello, o giallo con riflessi verdi quando è un po' più maturo, ha un gusto sempre caratterizzato da una nota amara e una piccante, in armonia tra loro. Ottimo sui piatti tradizionali toscani.

2. Solo i più teneri e dolci entrano nelle confezioni di Pisellini Primavera **Findus**, che li surgela entro 3 ore dal raccolto. Le coltivazioni da cui provengono sono sostenibili e le confezioni 100% riciclabili.

3. È più corposo di quello tradizionale il Gran Spaghetto **Voiello**, ed è anche più consistente in bocca. È fatto secondo tradizione, con il 100% di Grano Aureo, una varietà di grano duro italiano.

4. Le albicocche «Questo l'ho fatto io» della cooperativa **Agribologna**, dolci e succose, sono coltivate a Sant'Arcangelo di Romagna da Nicola e Filippo Fabbri.

5. Il carasau è il pane più conosciuto della Sardegna: **Baule Volante** lo prepara con semola integrale, acqua, lievito e sale. Ottimo come spuntino o come ingrediente per piatti originali in cucina, come quello preparato con il melone, nel nostro tema dedicato.

6. Regolata da un rigido disciplinare, la produzione del **Prosciutto crudo di Carpegna Dop** avviene nel Montefeltro (Pesaro Urbino), dove si trova il piccolo paese che dà il nome al prodotto. Pregiato, ha colore leggermente ambrato e un sapore ricco di note dolci-sapide.

7. Verdure selezionate e olio extravergine, più una lenta e accurata preparazione, rendono speciali i dadi di Brodo Vegetale **Bauer**: ottimi per preparare minestre e brodi per risotti.

8. La Panna Fresca **Chef**, grazie all'alta qualità della materia prima e alle tecnologie di lavorazione, conserva ottime proprietà organolettiche. Facile da montare, per i dolci, è perfetta anche per amalgamare salse in piatti salati.

9. Le orate fresche rispettano il patto di qualità di **Iper La grande i** per il pesce: ricco di Omega 3, allevato nel rispetto dell'ambiente, ad almeno 1 km dalla costa, in aree a bassa densità.

A CURA DI **LAURA FORTI**

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi

Agribologna agribologna.it
Bauer bauer.it
Baule Volante baulevolante.it
Belmond Hotel belmond.com
Berlucchi berlucchi.it
Bitossi Home bitossihome.it
Cantine Maschio cantinemaschio.com
Casa Baci Milano bacimilano.com
Consorzio Melone Mantovano Igp melonemantovano.it
Consorzio per la tutela dell'Olio Toscano Igp oliotoscanoigp.it
Consorzio Prosciutto di Carpegna Dop consorzioprosciutto dicarpegna.it
Consorzio Tutela Formaggio Asiago Dop formaggioasiago.it
Cusumano cusumano.it
Ferrero ferrero.it
Findus findus.it
Forzatre forzatre.it
Franke franke.com
Ginori 1735 ginori1735.com
Gruppo Italiano Vini gruppoitalianovini.it
H&H Lifestyle hh-lifestyle.it
Iper la grande i iper.it
Jannelli&Volpi jannellievolpi.it
La DoubleJ ladoublej.com
Mario Luca Giusti mariolucagiusti.it
Nardi nardioutdoor.com
Parmalat shop.parmalat.it
Rocca dei Forti roccadeiforti.it
Tine K Home tinekhome.com
Voiello voiello.it
Yankee Candle yankeecandle.it
Yves Rocher yves-rocher.it
Zafferano zafferanoitalia.com

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.02 86 80 80 80**, oppure scrivere una e-mail a **abbonati@condenast.it**.

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **abbonatiqui.it/subscription**. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 86 80 80 80 - e-mail: abbonati@condenast.it. Prices are in Euro and are referred to 1 year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	10	€ 80,00	€ 135,00
GQ	8	€ 45,00	€ 72,00
TRAVELLER	4	€ 28,00	€ 39,00
VOGUE ITALIA	12	€ 96,00	€ 173,00
VANITY FAIR	42	€ 146,00	€ 208,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 97,00	€ 143,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

CONDÉ NAST

PUBLISHED BY CONDÉ NAST

Chief Executive Officer **Roger Lynch**
Chairman of the Board **Jonathan Newhouse**
Global Chief Revenue Officer & President, US Revenue & APAC **Pamela Drucker Mann**
Chief Content Officer **Anna Wintour**
President, Condé Nast Entertainment **Agnes Chu**
Chief Financial Officer **Nick Hotchkin**
Chief People Officer **Stan Duncan**
Chief Communications Officer **Danielle Carrig**
Chief of Staff **Samantha Morgan**
Chief Product & Technology Officer **Sanjay Bhakta**
Chief Content Operations Officer **Christiane Mack**

WORLDWIDE EDITIONS
France: AD, GQ, Vanity Fair, Vogue
Germany: AD, Glamour, GQ, Vogue
India: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue
Italy: AD, Condé Nast Traveller, GQ, La Cucina Italiana, Vanity Fair, Vogue, Wired
Japan: GQ, Vogue, Wired
Mexico and Latin America: AD, Glamour, GQ, Vogue, Wired
Middle East: AD, Condé Nast Traveller
Spain: AD, Condé Nast Traveler, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue
Taiwan: GQ, Vogue
United Kingdom: Condé Nast Johansens, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, House & Garden, Tatler, The World of Interiors, Vanity Fair, Vogue, Vogue Business, Wired
United States: AD, Allure, Ars Technica, Bon Appétit, Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ, LOVE, Pitchfork, Self, Teen Vogue, them., The New Yorker, Vanity Fair, Vogue, Wired

PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE
Brazil: Glamour, GQ, Vogue

PUBLISHED UNDER LICENSE OR COPYRIGHT COOPERATION
Australia: GQ, Vogue
Bulgaria: Glamour
China: AD, Condé Nast Traveler, GQ, Vogue
Czech Republic and Slovakia: Vogue
Greece: Vogue
Hong Kong: Vogue, Vogue Man
Hungary: Glamour
Korea: Allure, GQ, Vogue, Wired
Middle East: GQ, Vogue, Wired
Philippines: Vogue
Poland: Glamour, Vogue
Portugal: GQ, Vogue
Romania: Glamour
Scandinavia: Vogue
Singapore: Vogue
South Africa: Glamour, GQ, House & Garden
Thailand: GQ, Vogue
The Netherlands: Vogue
Turkey: GQ, Vogue
Ukraine: Vogue

LA CUCINA ITALIANA Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Edizioni Condé Nast S.p.A. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 6571. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 8,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure consulta il sito: https://lacucinaitaliana.sfogliare.it/

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 9099 del 06-04-2022

INDICE DI CUCINA

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti V Vegetariana V Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+1h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

ANTIPASTI

PRIMI PIATTI & PIATTI UNICI

PESCI

VERDURE

CARNI E UOVA

LE MISURE A PORTATA DI MANO

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO
60 g di acqua, vino, brodo. 65 g di latte. 55 g di olio. 50 g di zucchero semolato.

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA
80 g di acqua, vino, brodo. 70 g di olio. 70 g di zucchero semolato. 50 g di farina. 40 g di grana grattugiato.

CUCCHIAINO DA TÈ RASO
4 g di acqua, vino, brodo. 3 g di olio. 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato. 2 g di farina. 2 g di grana grattugiato.

BICCHIERE DA ACQUA COLMO
200 g di acqua, vino, brodo. 220 g di latte. 170 g di zucchero semolato. 130 g di farina. 160 g di riso.

TAZZA DA TÈ COLMA
240 g di acqua, vino, brodo. 250 g di latte. 200 g di zucchero semolato. 150 g di farina. 200 g di riso.

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO
12 g di acqua, vino, brodo, latte. 10 g di olio. 15 g di sale grosso. 15 g di sale fino. 10 g di zucchero semolato. 10 g di farina. 5 g di grana grattugiato.

MESTOLO RASO
120 g di acqua, vino, brodo. 125 g di latte.

PIZZICO 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato.

PUGNETTO 30 g di riso. 30 g di zucchero semolato. 25 g di farina.

DOLCI E BEVANDE

INDOVINATE LA RICETTA

La nostra Scuola vi fa compagnia in vacanza con un passatempo per più e meno esperti. Avete a disposizione otto liste di ingredienti e di strumenti: che cosa state cucinando?

1

INGREDIENTI E STRUMENTI
1 kg di patate, 250 g di farina, sale. Una spianatoia in legno, una spatola, una forchetta.

LA RICETTA

____

2

INGREDIENTI E STRUMENTI
80 g di spaghetti, acqua, sale, olio extravergine di oliva, 1 spicchio di aglio, 1 peperoncino. Una casseruola, una padella, un mestolo da spaghetti.

LA RICETTA

____

3

INGREDIENTI E STRUMENTI
100 g di albume, sale, succo di limone, 200 g di zucchero semolato. Una frusta elettrica (o planetaria), una placca, carta da forno, una tasca da pasticciere con bocchetta, il forno.

LA RICETTA

____

4

INGREDIENTI E STRUMENTI
300 g di biscotti secchi, 130 g di zucchero, cacao amaro, 2 uova, 200 g di burro, zucchero a velo. Una ciotola, una spatola, un colino, una piccola casseruola, carta di alluminio, carta da forno.

LA RICETTA

____

5

INGREDIENTI E STRUMENTI
120 g di olio extravergine di oliva, 30 g di pancarré senza crosta, 30 g di aceto di vino bianco, 25 g di prezzemolo, 20 g di cetriolini sott'aceto, 10 g di capperi dissalati, 4 filetti di acciuga sott'olio, 2 tuorli sodi, 1 spicchio di aglio, sale. Un coltello, un frullatore.

LA RICETTA

____

6

INGREDIENTI E STRUMENTI
300 g di polpa di manzo, 300 g di passata di pomodoro, 150 g di pancetta, 50 g di gambi di sedano, 50 g di carote, 30 g di cipolla, ½ bicchiere di vino, ½ bicchiere di latte, brodo vegetale, sale, pepe. Un coltello, un tagliere, una casseruola, un cucchiaio di legno.

LA RICETTA

____

7

INGREDIENTI E STRUMENTI
1 litro di latte, 60 g di burro, 60 g di farina, sale, noce moscata. Una casseruola, una frusta, il fornello.

LA RICETTA

____

8

INGREDIENTI E STRUMENTI
500 g di farina, 300 g di burro, 200 g di zucchero semolato, 5 tuorli, sale, vaniglia, limone. Un matterello.

LA RICETTA

____

SOLUZIONI

1 - GNOCCHI; 2 - SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PEPERONCINO; 3 - MERINGA; 4 - SALAME DI CIOCCOLATO; 5 - SALSA VERDE; 6 - RAGÙ; 7 - BESCIAMELLA; 8 - PASTA FROLLA.

FOTO E ILLUSTRAZIONE **ARCH. LCI**